Dhammapada

a parallel text

English Pāḷi ပါဠိ မြန်မာ

Dhammapada

a parallel text

English
Romanized Pāḷi
Myanmar Pāḷi
Myanmar

A GIFT—NOT FOR SALE

Copyright © 528 Publications 2021

This book is published as a gift for free distribution, and the material within may be used, reproduced, and redistributed with no further permission required. However, any such redistribution must be made available free of charge. Additionally, before reproducing, it is suggested to enquire whether a newer or revised edition has become available.

Buddha photo by Arun Prakash on Unsplash

For more titles from 528 Publications, available in ebook, pdf, and audio formats please visit www.archive.org/details/@528 publications.

For all enquiries: 6487989@tutamail.com

Contents

Preface 1
Introduction to the English Translation 2
I : Yamakavaggo Pairs 9
II : Appamādavaggo Heedfulness 19
III : Cittavaggo The Mind 25
IV : Pupphavaggo Blossoms 30
V : Bālavaggo Fools 38
VI : Paṇḍitavaggo The Wise 46
VII : Arahantavaggo Arahants 53
VIII : Sahassavaggo Thousands 58
IX : Pāpavaggo Evil 65
X : Daṇḍavaggo The Rod 72
XI : Jarāvaggo Aging 80
XII : Attavaggo Self 86
XIII : Lokavaggo Worlds 91
XIV : Buddhavaggo Awakened 97
XV : Sukhavaggo Happy 105
XVI : Piyavaggo Dear Ones 111
XVII : Kodhavaggo Anger 116
XVIII : Malavaggo Impurities 122
XIX : Dhammaṭṭhavaggo The Judge 131
XX : Maggavaggo The Path 139
XXI : Pakiṇṇakavaggo Miscellany 147
XXII : Nirayavaggo Hell 154
XXIII : Nāgavaggo Elephants 160
XXIV : Taṇhāvaggo Craving 167
XXV : Bhikkhuvaggo Monks 180
XXVI : Brāhmaṇavaggo Brahmans 191
Historical Notes: The Text & the Translation 211
End Notes 219
Abbreviations 232

Preface

Dhammapada: a parallel text features four editions of the Dhammapada compiled into one volume: the root Pali text in both (1) Roman and (2) Myanmar scripts; (3) an English translation; and (4) a Myanmar translation. Readers who are studying one of these languages may find the layout of this collection to be a helpful learning tool; those who already have an adequate foundation in two or more of these languages may appreciate being able to easily make comparisons among the different versions.

Some differences exist between the English translation and the Myanmar translation in its original form regarding how the verses are grouped. As the English version comes first in the order of presentation in this text, where the two translations differ, the grouping of verses in the Myanmar version has been altered to correspond to the English version.

The translations used for this volume have been borrowed from their authors with great appreciation. Indeed, it is their original work that has made this project possible. The English translation, including its introduction, historical notes, and endnotes, has been extracted from Ṭhānissaro Bhikkhu's *Dhammapada: A Translation,* which may be accessed in its entirety and in multiple formats at www.dhammatalks.org/ebook index.html#dhammapada. The Myanmar translation has been sourced from the volumes of Myanmar's Ministry of Religious Affairs (Pitaka Myanmar Translation).

Introduction to the English Translation

The Dhammapada, an anthology of verses attributed to the Buddha, has long been recognized as one of the masterpieces of early Buddhist literature. Only more recently have scholars realized that it is also one of the early masterpieces in the Indian tradition of *kavya,* or belles lettres.

This translation of the Dhammapada is an attempt to render the verses into English in a way that does justice to both of the traditions to which the text belongs. Although it is tempting to view these traditions as distinct, dealing with form (kavya) and content (Buddhism), the ideals of kavya aimed at combining form and content into a seamless whole. At the same time, the early Buddhists adopted and adapted the conventions of kavya in a way that skillfully dovetailed with their views of how teaching and listening played a role in their path of practice. My hope is that the translation presented here will convey the same seamlessness and skill.

As an example of kavya, the Dhammapada has a fairly complete body of ethical and aesthetic theory behind it, for the purpose of kavya was to instruct in the highest ends of life while simultaneously giving delight. The ethical teaching of the Dhammapada is expressed in the first pair of verses: the mind, through its actions *(kamma)*, is the chief architect of one's happiness and suffering both in this life and beyond. The first three chapters elaborate on this point, to show that there are two major ways of relating to this fact: as a wise person, who is heedful enough to make the necessary effort to train his/her own mind to be a skillful architect; and as a fool, who is heedless and sees no reason to train the mind.

The work as a whole elaborates on this distinction, showing in more detail both the path of the wise person and that of the fool, together with the rewards of the former and the dangers of the latter: the path of the wise person can lead not only to happiness within the cycle of death and rebirth, but also to total escape into the Deathless, beyond the cycle entirely; the path of the fool leads not only to suffering now and in the future, but also to further entrapment within the cycle. The purpose of the Dhammapada is to make the wise path attractive to the reader so that he/she will follow it—for the dilemma posited by the first pair of verses is not one in the imaginary world of fiction; it is the dilemma in which the reader is already placed by the fact of being born.

To make the wise path attractive, the techniques of poetry are used to give "savor" *(rasa)* to the message. Ancient Indian aesthetic treatises devoted a great deal of discussion to the notion of savor and how it could be conveyed. The basic theory was this: Artistic composition expressed states of emotion or states of mind called "*bhava*." The standard list of basic emotions included love (delight), humor, grief, anger, energy, fear, disgust, and astonishment. The reader or listener exposed to these presentations of emotion did not participate in them directly; rather, he/she savored them as an aesthetic experience at one remove from the emotion. Thus, the savor of grief is not grief, but compassion. The savor of energy is not energy itself, but admiration for heroism. The savor of love is not love but an experience of sensitivity. The savor of astonishment is a sense of the marvelous. The proof of the indirectness of the aesthetic experience was that some of the basic emotions were decidedly unpleasant, while the savor of the emotion was to be enjoyed.

Although a work of art might depict many emotions, and thus—like a good meal—offer many savors for the reader/listener to taste, one savor was supposed to dominate. Writers made a common practice of announcing the savor they were trying to produce, usually stating in passing that their particular savor was the highest of all. The Dhammapada [354] states explicitly that the savor of Dhamma is the highest savor, which indicates that that is the basic savor of the work. Classic aesthetic theory lists the savor of Dhamma, or justice, as one of the three basic varieties of the heroic savor (the other two deal with generosity and war): thus we would expect the majority of the verses to depict energy, and in fact they do, with their exhortations to action, strong verbs, repeated imperatives, and frequent use of the imagery from battles, races, and conquests.

Dhamma, in the Buddhist sense, implies more than the "justice" of Dhamma in aesthetic theory. However, the long section of the Dhammapada devoted to "The Judge"—beginning with a definition of a good judge, and continuing with examples of good judgment—shows that the Buddhist concept of Dhamma has room for the aesthetic meaning of the term as well.

Classic theory also holds that the heroic savor should, especially at the end of a piece, shade into the marvelous. This, in fact, is what happens periodically throughout the Dhammapada, and especially at the end, where the verses express astonishment at the amazing and paradoxical qualities of a person who has followed the path of heedfulness to its end, becoming "pathless" [92-93; 179-180]—totally indescribable, transcending conflicts and dualities of every sort. Thus the predominant emotions that the verses express in Pali—and should also express in translation—are energy and astonishment, so as to produce qualities of the heroic and marvelous for the reader to savor. This savor is then what inspires the reader to follow the path of wisdom, with the result that he/she will reach a direct experience of the true happiness, transcending all dualities, found at the end of the path.

Classic aesthetic theory lists a variety of rhetorical features that can produce savor. Examples from these lists that can be found in the Dhammapada include: accumulation *(padoccaya)* [137-140], admonitions *(upadista)* [47-48, 246-248, et. al.], ambiguity *(aksarasamghata)* [97, 294-295], benedictions *(asis)* [337], distinctions *(visesana)* [19-20, 21-22, 318-319], encouragement *(protsahana)* [35, 43, 46, et. al.], etymology *(nirukta)* [388], examples *(drstanta)* [30], explanations of cause and effect *(hetu)* [1-2], illustrations *(udaharana)* [344], implications *(arthapatti)* [341], rhetorical questions *(prccha)* [44, 62, 143, et. al.], praise *(gunakirtana)* [54-56, 58-59, 92-93, et. al.], prohibitions *(pratisedha)* [121-122, 271-272, 371, et. al.], and ornamentation *(bhusana)* [passim].

Of these, ornamentation is the most complex, including four figures of speech and ten "qualities." The figures of speech are simile [passim], extended metaphor [398], rhyme (including alliteration and assonance), and "lamps" [passim]. This last figure is a peculiarity of Pali—a heavily inflected language—that allows, say, one adjective to modify two different nouns, or one verb to function in two separate sentences. (The name of the figure derives from the idea that the two nouns radiate from the one adjective, or the two sentences from the one verb.) In English, the closest we have to this is parallelism combined with ellipsis. An example from the translation is in verse 7—

> Mara overcomes him
> as the wind, a weak tree

—where "overcomes" functions as the verb in both clauses, even though it is elided from the second. This is how I have rendered lamps in most of the verses, although in two cases [174, 206] I found it more effective to repeat the lamp-word.

The ten "qualities" are more general attributes of sound, syntax, and sense, including such attributes as charm, clarity, delicacy, evenness, exaltation, sweetness, and strength. The ancient texts are not especially clear on what some of these terms mean in practice. Even where they are clear, the terms deal in aspects of Pali/Sanskrit syntax not always applicable to English. What is important, though, is that some qualities are seen as more suited to a particular savor than others: strength and exaltation, for example, best convey a taste of the heroic and marvelous. Of these characteristics, strength *(ojas)* is the easiest to quantify, for it is marked by long compounded words. In the Dhammapada, approximately one tenth of the verses contain compounds that are as long as a whole line of verse, and one verse [39] has three of its four lines made up of such compounds. By the standards of later Sanskrit verse, this is rather mild, but when compared with verses in the rest of the Pali Canon and other early masterpieces of kavya, the Dhammapada is quite strong.

The text also explicitly adds to the theory of characteristics in saying that "sweetness" is not just an attribute of words, but of the person speaking [363]. If the person is a true

example of the virtue espoused, his/her words are sweet. This point could be generalized to cover many of the other qualities as well.

Another point from classic aesthetic theory that may be relevant to the Dhammapada is the principle of how a literary work is given unity. Although the text does not provide a step-by-step sequential portrait of the path of wisdom, as a lyric anthology it is much more unified than most Indian examples of that genre. The classic theory of dramatic plot construction may be playing an indirect role here. On the one hand, a plot must exhibit unity by presenting a conflict or dilemma, and depicting the attainment of a goal through overcoming that conflict. This is precisely what unifies the Dhammapada: it begins with the duality between heedless and heedful ways of living, and ends with the final attainment of total mastery. On the other hand, the plot must not show smooth, systematic progress; otherwise the work would turn into a treatise. There must be reversals and diversions to maintain interest. This principle is at work in the fairly unsystematic ordering of the Dhammapada's middle sections. Verses dealing with the beginning stages of the path are mixed together with those dealing with later stages and even stages beyond the completion of the path.

One more point is that the ideal plot should be constructed with a sub-plot in which a secondary character gains his/her goal, and in so doing helps the main character attain his or hers. In addition to the aesthetic pleasure offered by the sub-plot, the ethical lesson is one of human cooperation: people attain their goals by working together. In the Dhammapada, the same dynamic is at work. The main "plot" is that of the person who masters the principle of kamma to the point of total release from kamma and the round of rebirth; the "sub-plot" depicts the person who masters the principle of kamma to the point of gaining a good rebirth on the human or heavenly planes. The second person gains his/her goal, in part, by being generous and respectful to the first person [106-109, 177], thus enabling the first person to practice to the point of total mastery. In return, the first person gives counsel to the second person on how to pursue his/her goal [76-77, 363]. In this way the Dhammapada depicts the play of life in a way that offers two potentially heroic roles for the reader to choose from, and delineates those roles in such a way that all people can choose to be heroic, working together for the attainment of their own true well being.

Perhaps the best way to summarize the confluence of Buddhist and kavya traditions in the Dhammapada is in light of a teaching from another early Buddhist text, the Samyutta Nikaya (55:5), on the factors needed to attain one's first taste of the goal of the Buddhist path. Those factors are four: associating with people of integrity, listening to their teachings, using appropriate attention to inquire into the way those teachings apply to one's life, and practicing in line with the teachings in a way that does them justice. Early Buddhists used the traditions of kavya—concerning savor, rhetoric, structure, and figures of speech—primarily in connection with the second of these factors, in order to make the

teachings appealing to the listener. However, the question of savor is related to the other three factors as well. The words of a teaching must be spoken by a person of integrity who embodies their message in his/her actions if their savor is to be sweet [158, 363]. The listener must reflect on them appropriately and then put them into practice if they are to have more than a passing, superficial taste. Thus both the speaker and listener must act in line with the words of a teaching if it is to bear fruit. This point is reflected in a pair of verses from the Dhammapada itself [51-52]:

> Just like a blossom,
> bright colored
> but scentless:
> a well-spoken word
> is fruitless
> when not carried out.
> Just like a blossom,
> bright colored
> & full of scent:
> a well-spoken word
> is fruitful
> when well carried out.

Appropriate reflection, the first step a listener should follow in carrying out the well-spoken word, means contemplating one's own life to see the dangers of following the path of foolishness and the need to follow the path of wisdom. The Buddhist tradition recognizes two emotions as playing a role in this reflection. The first is *samvega,* a strong sense of dismay that comes with realizing the futility and meaningless of life as it is normally lived, together with a feeling of urgency in trying to find a way out of the meaningless cycle. The second emotion is *pasada,* the clarity and serenity that come when one recognizes a teaching that presents the truth of the dilemma of existence and at the same time points the way out. One function of the verses in the Dhammapada is to provide this sense of clarity, which is why verse 82 states that the wise grow serene on hearing the Dhamma, and 102 states that the most worthwhile verse is the meaningful one that, on hearing, brings peace.

However, the process does not stop with these preliminary feelings of peace and serenity. The listener must carry through with the path of practice that the verses recommend. Although much of the impetus for doing so comes from the emotions of samvega and pasada sparked by the content of the verses, the heroic and marvelous savor of the verses plays a role as well, by inspiring the listener to rouse within him or herself the energy and strength that the path will require. When the path is brought to fruition, it brings the peace and delight of the Deathless [373-374]. This is where the process initiated

by hearing or reading the Dhamma bears its deepest savor, surpassing all others. It is the highest sense in which the meaningful verses of the Dhammapada bring peace.

* * *

In preparing the following translation, I have kept the above points in mind, motivated both by a firm belief in the truth of the message of the Dhammapada, and by a desire to present it in a compelling way that will induce the reader to put it into practice. Although trying to stay as close as possible to the literal meaning of the text, I've also tried to convey its savor. I'm operating on the classic assumption that, although there may be a tension between giving instruction (being scrupulously accurate) and giving delight (providing an enjoyable taste of the mental states that the words depict), the best translation is one that plays with that tension without submitting totally to one side at the expense of the other.

To convey the savor of the work, I have aimed at a spare style flexible enough to express not only its dominant emotions—energy and astonishment—but also its transient emotions, such as humor, delight, and fear. Although the original verses conform to metrical rules, the translations are in free verse. This is the form that requires the fewest deviations from literal accuracy and allows for a terse directness that conforms with the heroic savor of the original. The freedom I have used in placing words on the page also allows many of the poetic effects of Pali syntax—especially the parallelism and ellipsis of the "lamps"—to shine through.

I have been relatively consistent in choosing English equivalents for Pali terms, especially where the terms have a technical meaning. Total consistency, although it may be a logical goal, is by no means a rational one, especially in translating poetry. Anyone who is truly bilingual will appreciate this point. Words in the original were chosen for their sound and connotations, as well as their literal sense, so the same principles—within reasonable limits—have been used in the translation. Deviations from the original syntax are rare, and have been limited primarily to six sorts. The first four are for the sake of immediacy: occasional use of the American "you" for "one"; occasional use of imperatives ("Do this!") for optatives ("One should do this"); substituting active for passive voice; and replacing "he who does this" with "he does this" in many of the verses defining the true brahman in Chapter 26. The remaining two deviations are: making minor adjustments in sentence structure to keep a word at the beginning or end of a verse when this position seems important (e.g., 158, 384); and changing the number from singular ("the wise person") to plural ("the wise") when talking about personality types, both to streamline the language and to lighten the gender bias of the original Pali. (As most of the verses were originally addressed to monks, I have found it impossible to eliminate the gender bias entirely, and so apologize for whatever bias remains.)

In verses where I sense that a particular Pali word or phrase is meant to carry multiple meanings, I have explicitly given all of those meanings in the English, even where this has meant a considerable expansion of the verse. (Many of these verses are discussed in the notes.) Otherwise, I have tried to make the translation as transparent as possible, in order to allow the light and energy of the original to pass through with minimal distortion.

The Dhammapada has for centuries been used as an introduction to the Buddhist point of view. However, the text is by no means elementary, either in terms of content or style. Many of the verses presuppose at least a passing knowledge of Buddhist doctrine; others employ multiple levels of meaning and wordplay typical of polished kavya. For this reason, I have added notes to the translation to help draw out some of the implications of verses that might not be obvious to people who are new to either of the two traditions that the text represents.

I hope that whatever delight you gain from this translation will inspire you to put the Buddha's words into practice, so that you will someday taste the savor, not just of the words, but of the Deathless to which they point.

I : Yamakavaggo
Pairs

Phenomena are preceded by the heart,
ruled by the heart,
made of the heart.
If you speak or act
with a corrupted heart,
then suffering follows you—
as the wheel of the cart,
the track of the ox
that pulls it.

Phenomena are preceded by the heart,
ruled by the heart,
made of the heart.
If you speak or act
with a calm, bright heart,
then happiness follows you,
like a shadow
that never leaves.

Manopubbaṅgamā dhammā, manoseṭṭhā manomayā,
manasā ce paduṭṭhena bhāsati vā karoti vā,
tato naṁ dukkham-anveti cakkaṁ va vahato padaṁ.

Manopubbaṅgamā dhammā, manoseṭṭhā manomayā,
manasā ce pasannena bhāsati vā karoti vā,
tato naṁ sukham-anveti chāyā va anapāyinī.

မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ ဓမ္မာ၊ မနောသေဋ္ဌော မနောမယာ။
မနသာ စေ ပဒုဋ္ဌေန၊ ဘာသတိ ဝါ ကရောတိ ဝါ။
တတော နံ ဒုက္ခမန္ဝေတိ၊ စက္ကံ ဝဟတော ပဒံ။

မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ ဓမ္မာ၊ မနောသေဋ္ဌာ မနောမယာ။
မနသာ စေ ပသန္နေန၊ ဘာသတိ ဝါ ကရောတိ ဝါ။
တတော နံ သုခမန္ဝေတိ၊ ဆာယာဝ အနပါယိနီ။

နာမ်ခန္ဓာ(လေးပါး)တို့သည် စိတ်လျှင် ရှေ့သွားရှိကုန်၏၊ စိတ်လျှင် အကြီးအမှူးရှိကုန်၏၊ စိတ်ဖြင့်ပြီးကုန်၏၊ ပြစ်မှားလိုသောစိတ်ဖြင့် အကယ်၍ ပြောဆိုသော်လည်းကောင်း၊ ပြုလုပ်သော်လည်းကောင်း၊ ကြံစည်သော်လည်းကောင်း ထိုပြောဆို ပြုလုပ် ကြံစည်မှုကြောင့် လှည်းဘီးသည် ဝန်ဆောင်နွားခြေရာသို့ အစဉ်လိုက်ဘိသကဲ့သို့ ထိုသူသို့ ဆင်းရဲသည် အစဉ်လိုက်လေ၏။

နာမ်ခန္ဓာ(လေးပါး)တို့သည် စိတ်လျှင် ရှေ့သွားရှိကုန်၏၊ စိတ်လျှင် အကြီးအမှူးရှိကုန်၏၊ စိတ်ဖြင့် ပြီးကုန်၏၊ သန့်ရှင်းကြည်လင်သောစိတ်ဖြင့် အကယ်၍ ပြောဆိုသော်လည်းကောင်း၊ ပြုလုပ်သော်လည်းကောင်း၊ ကြံစည်သော်လည်းကောင်း ထို(ပြောဆို ပြုလုပ် ကြံစည်)သောကြောင့် အရိပ်သည် (လူကို)မစွန့်မူ၍ အစဉ်လိုက်သကဲ့သို့ ထိုသူသို့ ချမ်းသာသည် အစဉ်လိုက်လေ၏။

1-2*

‘He insulted me,
hit me,
beat me,
robbed me’
—for those who brood on this,
hostility isn’t stilled.

‘He insulted me,
hit me,
beat me,
robbed me’ —
for those who don’t brood on this,
hostility is stilled.

Hostilities aren’t stilled
through hostility,
regardless.
Hostilities are stilled
through non-hostility:
this, an unending truth.

Unlike those who don’t realize
that we’re here on the verge
of perishing,
those who do:
their quarrels are stilled.

“Akkocchi maṁ, avadhi maṁ, ajini maṁ, ahāsi me”,

ye ca taṁ upanayhanti, veraṁ tesaṁ na sammati.

“Akkocchi maṁ, avadhi maṁ, ajini maṁ, ahāsi me”,
ye taṁ na upanayhanti, veraṁ tesūpasammati.

Na hi verena verāni sammantīdha kudācanaṁ,
averena ca sammanti, esa dhammo sanantano.

Pare ca na vijānanti mayam-ettha yamāmase,
ye ca tattha vijānanti tato sammanti medhagā.

အက္ကောစ္ဆိ မံ အဝဓိ မံ၊ အဇိနိ မံ အဟာသိ မေ။
ယေ စ တံ ဥပနယ္ဟန္တိ၊ ဝေရံ တေသံ န သမ္မတိ။

အက္ကောစ္ဆိ မံ အဝဓိ မံ၊ အဇိနိ မံ အဟာသိ မေ။
ယေ စ တံ နုပနယ္ဟန္တိ၊ ဝေရံ တေသူပသမ္မတိ။

န ဟိ ဝေရေန ဝေရာနိ၊ သမ္မန္တီဓ ကုဒါစနံ။
အဝေရေန စ သမ္မန္တိ၊ ဧသ ဓမ္မော သနန္တနော။

ပရေ စ န ဝိဇာနန္တိ၊ မယမေတ္ထ ယမာမသေ။
ယေ စ တတ္ထ ဝိဇာနန္တိ၊ တတော သမ္မန္တိ မေဓဂါ။

ဤသူသည် ငါ့ကို ဆဲရေးဖူးပြီ၊ ငါ့ကို ညှဉ်းဆဲဖူးပြီ၊ ငါ့ကိုအောင်နိုင်ဖူးပြီ၊ ငါ့ဥစ္စာကို ဆောင်ယူဖူးပြီဟု ထိုသူ့အပေါ်၌ ရန်ငြိုးဖွဲ့ကုန်၏၊ ထိုသူတို့အား ဖြစ်ပေါ်လာသည့်ရန်သည် မငြိမ်းအေးနိုင်။

ဤသူသည် ငါ့ကို ဆဲရေးဖူးပြီ၊ ငါ့ကို ညှဉ်းဆဲဖူးပြီ၊ ငါ့ကိုအောင်နိုင်ဖူးပြီ၊ ငါ့ဥစ္စာကို ဆောင်ယူဖူးပြီဟု ထိုသူ့အပေါ်၌ ရန်ငြိုးမဖွဲ့ကုန်၊ ထိုသူတို့အား (ဖြစ်ပေါ်လာသည့်) ရန်သည် ပြေငြိမ်းနိုင်၏။

ဤလောက၌ ရန်တုံ့မူခြင်းဖြင့် ရန်တို့သည် အဘယ်အခါမျှ မပြေငြိမ်းနိုင်ကုန်၊ ရန်တုံ့မမူခြင်းဖြင့်သာလျှင် ရန်ပြေငြိမ်းနိုင်ကုန်၏၊ ဤသဘောကား အစဉ်အလာ ဓမ္မတာ သဘောပင်တည်း။

ဤလောက၌ လူမိုက်တို့သည် ငါတို့ သေကြလိမ့်မည်ဟု မသိကြကုန်၊ ထိုမသိမှုကြောင့် ခိုက်ရန်ငြင်းခုံမှုတို့သည် မပြေငြိမ်းနိုင်ကုန်၊ ဤလောက၌ ပညာရှိသူတို့သည် ငါတို့သေကြလိမ့်မည်ဟု သိကြကုန်၏၊ ထိုသိမှုကြောင့် ခိုက်ရန်ငြင်းခုံမှုတို့သည် ပြေငြိမ်းနိုင်ကုန်၏။

3-6

One who stays focused on the beautiful,
is unrestrained with the senses,
knowing no moderation in food,
apathetic, unenergetic:
Mara overcomes him

as the wind, a weak tree.

One who stays focused on the foul,
is restrained with regard to the senses,
knowing moderation in food,
full of conviction & energy:
Mara does not overcome him
as the wind, a mountain of rock.

Subhānupassiṁ viharantaṁ, indriyesu asaṁvutaṁ,
bhojanamhi amattaññuṁ, kusītaṁ hīnavīriyaṁ –
taṁ ve pasahati Māro vāto rukkhaṁ va dubbalaṁ.

Asubhānupassiṁ viharantaṁ, indriyesu susaṁvutaṁ,
bhojanamhi ca mattaññuṁ, saddhaṁ āraddhavīriyaṁ –
taṁ ve nappasahati Māro vāto selaṁ va pabbataṁ.

သုဘာနုပဿိ ဝိဟရန္တံ၊ ဣန္ဒြိယေသု အသံဝုတံ။
ဘောဇနမ္ဟိ စာမတ္တညုံ၊ ကုသီတံ ဟီနဝီရိယံ။
တံ ဝေ ပသဟတိ မာရော၊ ဝါတော ရုက္ခံဝ ဒုဗ္ဗလံ။

အသုဘာနုပဿိ ဝိဟရန္တံ၊ ဣန္ဒြိယေသု သုသံဝုတံ။
ဘောဇနမ္ဟိ စ မတ္တညုံ၊ သဒ္ဓံ အာရဒ္ဓဝီရိယံ။
တံ ဝေ နပ္ပသဟတိ မာရော၊ ဝါတော သေလံဝ ပဗ္ဗတံ။

တင့်တယ်၏ဟူ၍ အဖန်ဖန် ရှုမြင်နေသော ဣန္ဒြေတို့၌ မစောင့်စည်းဘဲ ဘောဇဉ်၌ အတိုင်းအရှည်ကို မသိမူ၍ ဝီရိယယုတ်လျော့ ပျင်းရိသူကို လေမုန်တိုင်းသည် အားနည်းသောသစ်ပင်ကို နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲဘိသကဲ့သို့ (ကိလေသာ)မာရ်သည် စင်စစ် နှိပ်စက်နိုင်၏။

မတင့်တယ်ဟု အဖန်ဖန်ရှုမြင်နေသော ဣန္ဒြေတို့၌ ကောင်းစွာ စောင့်စည်းလျက် ဘောဇဉ်၌ အတိုင်းအရှည်ကိုသိ၍ သဒ္ဓါတရားရှိသဖြင့် ထက်သန်သော လုံ့လရှိသူကို လေမုန်တိုင်းသည် ကျောက်တောင်ကြီးကို မနှိပ်စက်မညှဉ်းဆဲနိုင်ဘိသကဲ့သို့ (ကိလေသာ)မာရ်သည် စင်စစ် မနှိပ်စက်နိုင်။

7-8*

He who, depraved,
devoid
of truthfulness
& self-control,
puts on the ochre robe,
doesn't deserve the ochre robe.

But he who is free

of depravity
endowed
with truthfulness
& self-control,
well-established
in the precepts,
truly deserves the ochre robe.

Anikkasāvo kāsāvaṁ yo vatthaṁ paridahessati,
apeto damasaccena na so kāsāvam-arahanti.

Yo ca vantakasāvassa, sīlesu susamāhito,
upeto damasaccena sa ve kāsāvam-arahanti.

အနိက္ကသာဝေါ ကာသာဝံ၊ ယော ဝတ္ထံ ပရိဒဟိဿတိ။
အပေတော ဒမသစ္စေန၊ န သော ကာသာဝမရဟတိ။

ယော စ ဝန္တကသာဝဿ၊ သီလေသု သုသမာဟိတော။
ဥပေတော ဒမသစ္စေန၊ သ ဝေ ကာသာဝမရဟတိ။

(ဣန္ဒြေကို)ဆုံးမခြင်းကင်း၍ မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်းမရှိသော ကိလေသာဖန်ရေ မကင်းဘဲလျက် ဖန်ရည်စွန်းသော အဝတ်(သင်္ကန်း)ကို ဝတ်သောသူသည်၊ ဖန်ရည် စွန်းသော အဝတ်(သင်္ကန်း)နှင့် မထိုက်တန်။

ဣန္ဒြေတို့ကိုဆုံးမလျက် မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုခြင်းရှိသော ကိလေသာဖန်ရေကို ထွေးအန်ပြီး၍ သီလတို့၌ ကောင်းစွာ စောင့်ထိန်းသူသည်သာလျှင် ဖန်ရည်စွန်းသောအဝတ်နှင့် ထိုက်တန်၏။

9-10

Those who regard
non-essence as essence
and see essence as non-,
don't get to the essence,
ranging about in wrong resolves.

But those who know
essence as essence,
and non-essence as non-,
get to the essence,
ranging about in right resolves.

Asāre sāramatino, sāre cāsāradassino,
te sāraṁ nādhigacchanti, micchāsaṅkappagocarā.

Sārañ-ca sārato ñatvā, asārañ-ca asārato,

te sāraṁ adhigacchanti, sammāsaṅkappagocarā.

အသာရေ သာရမတိနော၊ သာရေ စာသာရဒဿိနော။
တေ သာရံ နာဓိဂစ္ဆန္တိ၊ မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပဂေါစရာ။

သာရဉ္စ သာရတော ဉတ္ဝာ၊ အသာရဉ္စ အသာရတော။
တေ သာရံ အဓိဂစ္ဆန္တိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပဂေါစရာ။

အနှစ်မရှိသောတရား၌ အနှစ်ရှိ၏ဟု အယူရှိကြကုန်၏၊ အနှစ်ရှိသော တရား၌မူကား အနှစ်မရှိဟု အယူရှိကြကုန်၏၊ ထိုသူတို့သည် မှားသော ကြံစည်မှုလျှင် (ကျက်စားရာ)အာရုံ ရှိကြကုန်ရကား အနှစ်ရှိသောတရားကို မရနိုင်ကြကုန်။

အနှစ်ရှိသောတရားကိုလည်း အနှစ်ရှိသောတရားဟူ၍ အနှစ်မရှိသောတရားကိုလည်း အနှစ် မရှိသောတရားဟူ၍ သိကြကုန်သောကြောင့် ထိုသူတို့သည် မှန်ကန်သောကြံစည်မှုလျှင် (ကျက်စားရာ)အာရုံ ရှိ ကုန်ရကား အနှစ်ရှိသော တရားကို ရနိုင်ကြကုန်၏။

11-12*

As rain seeps into
an ill-thatched hut,
so passion,
the undeveloped mind.

As rain doesn't seep into
a well-thatched hut,
so passion does not,
the well-developed mind.

Yathā agāraṁ ducchannaṁ vuṭṭhī samativijjhati,
evaṁ abhāvitaṁ cittaṁ rāgo samativijjhati.

Yathā agāraṁ succhannaṁ vuṭṭhī na samativijjhati,
evaṁ subhāvitaṁ cittaṁ rāgo na samativijjhati.

ယထာ အဂါရံ ဒုစ္ဆန္နံ၊ ဝုဋ္ဌီ သမတိဝိဇ္ဈတိ။
ဧဝံ အဘာဝိတံ စိတ္တံ၊ ရာဂေါ သမတိဝိဇ္ဈတိ။

ယထာ အဂါရံ သုဆန္နံ၊ ဝုဋ္ဌီ န သမတိဝိဇ္ဈတိ။
ဧဝံ သုဘာဝိတံ စိတ္တံ၊ ရာဂေါ န သမတိဝိဇ္ဈတိ။

အိမ်ကို မကောင်းသဖြင့် မိုးအပ်သည်ရှိသော် မိုးရေသည် ဖောက်ဝင်နိုင်သကဲ့သို့ စိတ်ကို (သမထ၊ ဝိပဿနာတို့ဖြင့်) ကောင်းစွာ မပွားထုံအပ်သည်ရှိသော် ရာဂသည် ဖောက်ဝင်နိုင်၏။

အိမ်ကို ကောင်းစွာမိုးအပ်သည်ရှိသော် မိုးရေသည် မဖောက်ဝင်နိုင်သကဲ့သို့ စိတ်ကို (သမထ၊ ဝိပ သနာတို့ဖြင့်) ကောင်းစွာ ပွားထုံအပ်သည်ရှိသော် ရာဂသည် မဖောက်ဝင်နိုင်။

13-14

Here he grieves
he grieves hereafter.
In both worlds
the wrong-doer grieves.
He grieves, he's afflicted,
seeing the corruption
of his deeds.

Here he rejoices
he rejoices hereafter.
In both worlds
the merit-maker rejoices.
He rejoices, is jubilant,
seeing the purity
of his deeds.

Here he's tormented
he's tormented hereafter.
In both worlds
the wrong-doer's tormented.
He's tormented at the thought,
'I've done wrong.'
Having gone to a bad destination,
he's tormented
all the more.

Here he delights
he delights hereafter.
In both worlds
the merit-maker delights.
He delights at the thought,
'I've made merit.'
Having gone to a good destination,
he delights
all the more.

Idha socati, pecca socati,
pāpakārī ubhayattha socati,
so socati, so vihaññati,

disvā kammakiliṭṭham-attano.

Idha modati, pecca modati,
katapuññño ubhayattha modati,
so modati, so pamodati,
disvā kammavisuddhim-attano.

Idha tappati, pecca tappati,
pāpakārī ubhayattha tappati,
“Pāpaṁ mĕ katan”-ti tappati,
bhiyyo tappati duggatiṁ gato.

Idha nandati, pecca nandati,
katapuññño ubhayattha nandati,
“Puññaṁ mĕ katan”-ti nandati,
bhiyyo nandati suggatiṁ gato.

ဣဓ သောစတိ ပေစ္စ သောစတိ၊ ပါပကာရီ ဥဘယတ္ထ သောစတိ။
သော သောစတိ သော ဝိဟညတိ၊ ဒိသွာ ကမ္မကိလိဋ္ဌမတ္တနော။

ဣဓ မောဒတိ ပေစ္စ မောဒတိ၊ ကတပုညော ဥဘယတ္ထ မောဒတိ။
သော မောဒတိ သော ပမောဒတိ၊ ဒိသွာ ကမ္မဝိသုဒ္ဓိမတ္တနော။

ဣဓ တပ္ပတိ ပေစ္စ တပ္ပတိ၊ ပါပကာရီ ဥဘယတ္ထ တပ္ပတိ။
ပါပံ မေ ကတန္တိ တပ္ပတိ၊ ဘိယ္ယော တပ္ပတိ ဒုဂ္ဂတိံ ဂတော။

ဣဓ နန္ဒတိ ပေစ္စ နန္ဒတိ၊ ကတပုညော ဥဘယတ္ထ နန္ဒတိ။
ပုညံ မေ ကတန္တိ နန္ဒတိ၊ ဘိယ္ယော နန္ဒတိ သုဂ္ဂတိံ ဂတော။

မကောင်းမှုပြုသူသည် ဤဘဝ၌လည်း စိုးရိမ်ရ၏၊ တမလွန်ဘဝ၌လည်း စိုးရိမ်ရ၏၊ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်ဘဝနှစ်တန်တို့၌လည်း စိုးရိမ်ရ၏၊ ထိုမကောင်းမှုပြုသူသည် မိမိ၏ညစ်နွမ်းသော ကံကို သိမြင်၍ စိုးရိမ်ရပင်ပန်းရ၏။

ကောင်းမှုပြုသူသည် ဤဘဝ၌လည်း ဝမ်းမြောက်ရ၏၊ တမလွန်ဘဝ၌လည်း ဝမ်းမြောက်ရ၏၊ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်ဘဝနှစ်တန်တို့၌လည်း ဝမ်းမြောက်ရ၏၊ ထိုကောင်းမှုပြုသူသည် မိမိ၏ စင်ကြယ်သောကံကို သိမြင်ရ၍ ဝမ်းမြောက်ရ အလွန်ဝမ်းမြောက်ရ၏။

မကောင်းမှုပြုသူသည် ဤဘဝ၌လည်း ပူပန်ရ၏၊ တမလွန်ဘဝ၌လည်း ပူပန်ရ၏၊ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်ဘဝနှစ်တန်တို့၌လည်း ပူပန်ရ၏၊ ငါသည် မကောင်းမှုကို ပြုမိပြီဟု ပူပန်ရ၏၊ ဒုဂ္ဂတိဘုံဘဝသို့ ရောက်ပါမူကား အလွန် ပူပန်ရ၏။

ကောင်းမှုပြုသူသည် ဤဘဝ၌လည်း နှစ်သက်ရ၏၊ တမလွန်ဘဝ၌လည်း နှစ်သက်ရ၏၊ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်ဘဝနှစ်တန်တို၌လည်း နှစ်သက်ရ၏၊ ငါသည် ကောင်းမှုကို ပြုအပ်ပြီဟု နှစ်သက်ရ၏၊ သုဂတိဘုံဘဝသို့ ရောက်ပါမူကား အလွန်နှစ်သက်ရ၏။

15-18*

If he recites many teachings, but
—heedless man—
doesn't do what they say,
like a cowherd counting the cattle of
others,
he has no share in the contemplative life.

If he recites next to nothing
but follows the Dhamma
in line with the Dhamma;
abandoning passion,
aversion, delusion;
alert,
his mind well-released,
not clinging
either here or hereafter:
he has his share in the contemplative life.

Bahum-pi ce sahitaṁ bhāsamāno,
na takkaro hoti naro pamatto,
gopo va gāvo gaṇayaṁ paresaṁ,
na bhāgavā sāmaññassa hoti.

Appam-pi ce sahitaṁ bhāsamāno,
Dhammassa hoti anudhammacārī,
rāgañ-ca dosañ-ca pahāya mohaṁ,
sammappajāno suvimuttacitto,
anupādiyāno idha vā huraṁ vā,
sa bhāgavā sāmaññassa hoti.

ဗဟုမ္ပိ စေ သံဟိတ ဘာသမာနော၊ န တက္ကရော ဟောတိ နရော ပမတ္တော။
ဂေါပေါ ဂါဝေါ ဂဏယံ ပရေသံ၊ န ဘာဂဝါ သာမညဿ ဟောတိ။

အပ္ပမ္ပိ စေ သံဟိတ ဘာသမာနော၊ ဓမ္မဿ ဟောတိ အနုဓမ္မစာရီ။
ရာဂဉ္စ ဒေါသဉ္စ ပဟာယ မောဟံ၊ သမ္မပ္ပဇာနော သုဝိမုတ္တစိတ္တော။
အနုပါဒိယာနော ဣဓ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊ သ ဘာဂဝါ သာမညဿ ဟောတိ။

နွားရှင်တို့အား နွားတို့ကို ရေတွက်အပ်နှင်းလိုက်ရသော နွားကျောင်းသားသည် နွားနို့ အရသာကို မခံစားရသကဲ့သို့၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်အထိ အကျိုးစီးပွားနှင့်စပ်သော ပိဋကတ် သုံးပုံဟူသော ဘုရားစကားတော်ကို များစွာပြောဟောနေသော်လည်း မကျင့်မကြံ့ မေ့လျော့ပေါ့ တန်နေသောသူသည် ပြုထိုက်သည်ကိုပြုသည် မမည်၊ မဂ်ဖိုလ်အရသာကို မခံစားရ။

နိဗ္ဗာန်ရောက်သည်အထိ အကျိုးစီးပွားနှင့်စပ်သော ပိဋကတ်သုံးပုံဟူသော ဘုရားစကားတော်ကို အနည်းငယ်မျှပင် ပြောဟောနေပါသော်လည်း တရားအားလျော်သော အကျင့်ကို ကျင့်လေ့ရှိသူဖြစ်ခဲ့မူ ရာဂ ဒေါသ မောဟကို ပယ်ပြီးလျှင် ကောင်းစွာ အပြားအားဖြင့် သိသည် ဖြစ်၍ (ကိလေသာတို့မှ)လွတ်သော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်လျက် ဤလောက၌ လည်းကောင်း၊ တမလွန် လောက၌ လည်းကောင်း စွဲလမ်းမှုမရှိတော့ပြီ၊ ထိုသူသည်သာ မဂ်ဖိုလ်အရသာကို ခံစားရ၏။

19-20

II : Appamādavaggo
Heedfulness

Heedfulness: the path to the Deathless.
Heedlessness: the path to death.
The heedful do not die.
The heedless are as if
already dead.

Knowing this as a true distinction,
those wise in heedfulness
rejoice in heedfulness,
enjoying the range of the noble ones.

The enlightened, constantly
absorbed in jhana,
persevering,
firm in their effort:
they touch Unbinding,
the unexcelled rest
from the yoke.

Those with initiative,
mindful,
clean in action,
acting with due consideration,
heedful, restrained,
living the Dhamma:

their glory
grows.

Appamādo amatapadaṁ, pamādo maccuno padaṁ,
appamattā na mīyanti, ye pamattā yathā matā.

Etaṁ visesato ñatvā appamādamhi paṇḍitā,

appamāde pamodanti, Ariyānaṁ gocare ratā.

Te jhāyino sātatikā, niccaṁ daḷhaparakkamā,
phusanti dhīrā Nibbānaṁ, yogakkhemaṁ anuttaraṁ.

Uṭṭhānavato satīmato sucikammassa nisammakārino,
saññatassa ca Dhammajīvino appamattassa yasobhivaḍḍhati.

အပ္ပမာဒေါ အမတပဒံ၊ ပမာဒေါ မစ္စုနော ပဒံ။
အပ္ပမတ္တာ န မီယန္တိ၊ ယေ ပမတ္တာ ယထာ မတာ။

ဧဝံ ဝိသေသတော ဉတ္ဝာ၊ အပ္ပမာဒမှိ ပဏ္ဍိတာ။
အပ္ပမာဒေ ပမောဒန္တိ၊ အရိယာနံ ဂေါစရေ ရတာ။

တေ ဈာယိနော သာတတိကာ၊ နိစ္စံ ဒဠှပရက္ကမာ။
ဖုသန္တိ ဓီရာ နိဗ္ဗာနံ၊ ယောဂက္ခေမံ အနုတ္တရံ။

ဥဋ္ဌာနဝတော သတီမတော၊ သုစိကမ္မဿ နိသမ္မကာရိနော။
သညတဿ ဓမ္မဇီဝိနော၊ အပ္ပမတ္တဿ ယသောဘိဝဍ္ဎတိ။

မမ့်မလျော့ခြင်းသည် နိဗ္ဗာန်၏အကြောင်းတည်း၊ မ့်လျော့ခြင်းသည် သေခြင်း၏အကြောင်းတည်း၊
မမ့်မလျော့သောသူတို့သည် သေသည်မမည်ကုန်၊ မ့်လျော့သောသူတို့သည် သေသည် မည်ကုန်၏။

မမ့်လျော့သော ပညာရှိတို့သည် ဤသို့ ထူးခြားကြောင်းကိုသိ၍ မမ့်လျော့သော သတိတရား၌ ရွှင်လန်းဝမ်း
မြောက်ကုန်လျက် အရိယာတို့၏ ကျက်စားရာ လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါး၌ မွေ့လျော်ကြကုန်၏။

ထိုပညာရှိတို့သည် (သမထ ဝိပဿနာ ဈာန်နှစ်ပါးဖြင့် ကိလေသာကို) ရှိုမြှုံက်ကုန်ပြီးလျှင် အမြဲမပြတ် လုံ့လ
ပြုကုန်၍ မတွန့်မဆုတ် လုံ့လထုတ်ကုန်လျက် ယောဂလေးပါး၏ကုန်ရာ အတုမရှိမြတ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြ
ကုန်၏။

ထကြွလုံ့လရှိသူ၊ သတိရှိသူ၊ စင်ကြယ်သောကံ သုံးပါးရှိသူ၊ စူးစမ်း၍ပြုလေ့ရှိသူ (ကွန်ဒြေကို) စောင့်စည်းသူ၊
တရားသဖြင့် အသက်မွေးသူ၊ မမ့်လျော့သူအား အခြွေအရံ အကျော်အစောသည် တိုးပွား၏။

21-24*

> Through initiative, heedfulness,
> restraint, & self-control,
> the wise would make
> an island
> no flood
> can submerge.

Uṭṭhānen' appamādena saṁyamena damena ca,

dīpaṁ kayirātha medhāvī yaṁ ogho nābhikīrati.

ဥဒ္ဓာနေနပ္ပမာဒေန၊ သံယမေန ဒမေန စ။
ဒီပံ ကယိရာထ မေဓာဝီ၊ ယံ ဩဃော နာဘိကီရတိ။

ထက္ကြွလုံ့လနှင့်လည်းကောင်း၊ မမေ့လျော့ခြင်းနှင့် လည်းကောင်း၊ (သီလ) စောင့်စည်းခြင်း နှင့်လည်းကောင်း၊ (ဣန္ဒြေကို) ဆုံးမခြင်းနှင့် လည်းကောင်း ပြည့်စုံသော ပညာရှိသည် သံသရာတည်းဟူသော သမုဒ္ဒရာ၌ အရဟတ္တဖိုလ်တည်းဟူသော မှီခိုရာကျွန်းကို ပြုလုပ်ရာ၏၊ ယင်းသည့် ကျွန်းကို ကိလေသာရေလျှဉ်သည် မဖျက်ဆီးနိုင်တော့ပြီ။

25

They're addicted to heedlessness
—dullards, fools—
while one who is wise
cherishes heedfulness
as his highest wealth.

Pamādam-anuyuñjanti bālā dummedhino janā,
appamādañ-ca medhāvī dhanaṁ seṭṭhaṁ va rakkhati.

ပမာဒမနုယုဉ္ဇန္တိ၊ ဗာလာ ဒုမ္မေဓိနော ဇနာ။
အပ္ပမာဒဉ္စ မေဓာဝီ၊ ဓနံ သေဋ္ဌံဝ ရက္ခတိ။

ပညာမဲ့၍ မိုက်သောသူတို့သည် မေ့လျော့မှုကို အားထုတ်ကြကုန်၏၊ ပညာရှိသည်ကား မမေ့လျော့ခြင်းကို အမြတ်ဆုံး ဥစ္စာကဲ့သို့ စောင့်ရှောက်၏။

26

Don't give way to heedlessness
or to intimacy
with sensual delight—
for a heedful person,
absorbed in jhana,
attains an abundance of ease.

Mā pamādam-anuyuñjetha mā kāmaratisanthavaṁ,
appamatto hi jhāyanto pappoti vipulaṁ sukhaṁ.

မာ ပမာဒမနုယုဉ္ဇေထ၊ မာ ကာမရတိသန္ထဝံ။

အပ္ပမတ္တော ဟိ စ္ဈာယန္တော၊ ပပ္ပေါတိ ဝိပုလံ သုခံ။

ထို့ကြောင့် သင်တို့သည် မေ့လျော့မှုကို အားမထုတ်ကြကုန်လင့်၊ ကာမတို့၌ မွေ့လျော်မှုဟုဆိုသော တဏှာနှင့် အကျွမ်းဝင်မှုကို အားမထုတ်ကြကုန်လင့်၊ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် မမေ့မလျော့ (သမထ ဝိပဿနာ စ္ဈာန်နှစ်ပါးဖြင့် ကိလေသာကို) ရှုမြဲမြံကြံတတ်သောသူသည် မြတ်သော (နိဗ္ဗာန်)ချမ်းသာသို့ ရောက်နိုင်သောကြောင့်တည်း။

27

When the wise person drives out
heedlessness
with heedfulness,
having climbed the high tower
of discernment,
sorrow-free,
he observes the sorrowing crowd—
as the enlightened man,
having scaled
a summit,
the fools on the ground below.

Pamādaṁ appamādena yadā nudati paṇḍito,
paññāpāsādam-āruyha, asoko sokiniṁ pajaṁ,
pabbataṭṭho va bhummaṭṭhe dhīro bāle avekkhati.

ပမာဒံ အပ္ပမာဒေန၊ ယဒါ နုဒတိ ပဏ္ဍိတော။
ပညာပါသာဒမာရုယှ၊ အသောကော သောကိနိံ ပဇံ။
ပဗ္ဗတဋ္ဌော ဘူမဋ္ဌေ၊ ဓီရော ဗာလေ အဝေက္ခတိ။

ပညာရှိသည် မေ့လျော့မှုကို မမေ့လျော့မှုဖြင့် ပယ်ဖျောက်၏၊ စိုးရိမ်မှုကင်းသော ရဟန္တာ သည် ဒိဗ္ဗစက္ခုဟုဆိုအပ်သော ပညာပြာသာဒ်ထက်သို့တက်၍ စိုးရိမ်မှုရှိသော သတ္တဝါအပေါင်းကို ရှုကြည့်၏၊ တောင်ထိပ်၌တည်သောသူသည် မြေပြင်၌တည်သောသူတို့ကို ရှုကြည့်သကဲ့သို့ ပညာရှိ ရဟန္တာသည် (ပုထုဇဉ်)သူမိုက်တို့ကို ရှုကြည့်၏။

28

Heedful among the heedless,
wakeful among those asleep,
just as a fast horse advances,
leaving the weak behind:

so the wise.

Appamatto pamattesu, suttesu bahujāgaro,
abalassaṁ va sīghasso hitvā, yāti sumedhaso.

အပွမတ္တော ပမတ္တေသု၊ သတ္တေသု ဗဟုဇာဂရော။
အဗလဿံဝ သီဃဿော၊ ဟိတ္ဝာ ယာတိ သုမေဓသော။

လျင်မြန်သောမြင်းသည် ခွန်အားနည်းသောမြင်းကို ချန်၍ သွားသကဲ့သို့၊ မေ့လျော့သူ အပေါင်းတို့တွင် မမေ့လျော့သောပညာရှိသည် မေ့လျော့သူကိုချန်ထား၍ သွား၏၊ သတိလွတ်ကင်း နှိုးကြားခြင်း မရှိသူ အပေါင်းတို့တွင် သတိပွားများ နှိုးကြားသူသည် (သတိလွတ်ကင်း နှိုးကြားခြင်း မရှိသူများကို) စွန့်ထား၍သွား၏။

29

Through heedfulness, Indra won
to lordship over the devas.
Heedfulness is praised,
heedlessness censured—
always.

Appamādena Maghavā devānaṁ seṭṭhataṁ gato,
appamādaṁ pasaṁsanti, pamādo garahito sadā.

အပွမာဒေန မဃဝါ၊ ဒေဝါနံ သေဋ္ဌတံ ဂတော။
အပွမာဒံ ပသံသန္တိ၊ ပမာဒေါ ဂရဟိတော သဒါ။

မာဃလုလင်သည် (ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌) မမေ့လျော့ခြင်းကြောင့် နတ်တို့၏ အထွတ်အထိပ်သို့ရောက်၏၊ (ပညာရှိတို့သည် ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌) မမေ့လျော့ခြင်းကို ချီးမွမ်းကုန်၏၊ (ကုသိုလ် ကောင်းမှု၌) မေ့လျော့ခြင်းကို အခါခပ်သိမ်း ကဲ့ရဲ့အပ်၏။

30

The monk delighting in heedfulness,
seeing danger in heedlessness,
advances like a fire,
burning fetters
great & small.
The monk delighting in heedfulness,
seeing danger in heedlessness
—incapable of falling back—
stands right on the verge

of Unbinding.

Appamādarato bhikkhu, pamāde bhayadassivā,
saṁyojanaṁ aṇuṁ-thūlaṁ ḍahaṁ aggīva gacchati.

Appamādarato bhikkhu, pamāde bhayadassivā,
abhabbo parihānāya: Nibbānasseva santike.

အပ္ပမာဒရတော ဘိက္ခု၊ ပမာဒေ ဘယဒဿီ ဝါ။
သံယောဇနံ အဏုံ ထူလံ၊ ဍဟံ အဂ္ဂိဝ ဂစ္ဆတိ။

အပ္ပမာဒရတော ဘိက္ခု၊ ပမာဒေ ဘယဒဿီ ဝါ။
အဘဗ္ဗော ပရိဟာနာယ၊ နိဗ္ဗာနဿေဝ သန္တိကေ။

မီးသည် ကြီးငယ်မရွောင် လောင်စာဟူသမျှကို လောင်ကျွမ်းသကဲ့သို့ မမေ့လျော့မှု၌ မွေ့လျော်၍ မေ့လျော့မှု၌ ဘေးဟု ရှုလေ့ရှိသော ရဟန်းသည် ကြီးငယ်မဟူ သံယောဇဉ်အားလုံးကို လောင်ကျွမ်းစေလျက် (နိဗ္ဗာန်သို့)သွား၏။

မမေ့လျော့မှု၌ မွေ့လျော်၍ မေ့လျော့မှု၌ ဘေးဟု ရှုလေ့ရှိသော ရဟန်းသည် (မင်ဖိုလ်တို့မှ) ဆုတ်ယုတ်ခြင်းငှါ မထိုက်၊ နိဗ္ဗာန်၏ အနီး၌သာလျှင် ဖြစ်၏။

31-32

III : Cittavaggo
The Mind

Quivering, wavering,
hard to guard,
to hold in check:
        the mind.
The sage makes it straight—
like a fletcher,
the shaft of an arrow.
Like a fish
pulled from its home in the water
& thrown on land:
this mind flips & flaps about
        to escape Mara's sway.
Hard to hold down,
        nimble,
alighting wherever it likes:
        the mind.
Its taming is good.
The mind well-tamed
        brings ease.
So hard to see,
so very, very subtle,
alighting wherever it likes:
        the mind.
The wise should guard it.
The mind protected
        brings ease.
Wandering far,
going alone,
bodiless,
lying in a cave:

the mind.
Those who restrain it:
from Mara's bonds
they'll be freed.

Phandanaṁ capalaṁ cittaṁ, dūrakkhaṁ dunnivārayaṁ,
ujuṁ karoti medhāvī, usukāro va tejanaṁ.

Vārijo va thale khitto, oka-m-okata ubbhato,
pariphandatidaṁ cittaṁ, Māradheyyaṁ pahātave.

Dunniggahassa lahuno yatthakāmanipātino,
cittassa damatho sādhu, cittaṁ dantaṁ sukhāvahaṁ.

Sududdasaṁ sunipuṇaṁ yatthakāmanipātinaṁ,
cittaṁ rakkhetha medhāvī, cittaṁ guttaṁ sukhāvahaṁ.

Dūraṅgamaṁ ekacaraṁ, asarīraṁ guhāsayaṁ,
ye cittaṁ saññam-essanti, mokkhanti Mārabandhanā.

ဖန္ဒနံ စပလံ စိတ္တံ၊ ဒူရက္ခံ ဒုန္နိဝါရယံ။
ဥဇုံ ကရောတိ မေဓာဝီ၊ ဥသုကာရော၀ တေဇနံ။

ဝါရိဇော၀ ထလေ ခိတ္တော၊ ဩကမောကတဥ္ဇဟော။
ပရိဖန္ဒတိဒံ စိတ္တံ၊ မာရဓေယ္ယံ ပဟာတ၀ေ။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော၊ ယတ္ထကာမနိပါတိနော။
စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါ၀ဟံ။

သုဒုဒ္ဒသံ သုနိပုဏံ၊ ယတ္ထကာမနိပါတိနံ။
စိတ္တံ ရက္ခေထ မေဓာဝီ၊ စိတ္တံ ဂုတ္တံ သုခါ၀ဟံ။

ဒူရင်္ဂမံ ဧကစရံ၊ အသရီရံ ဂုဟာသယံ။ (ဧကစာရံ)
ယေ စိတ္တံ သံယမိဿန္တိ၊ မောက္ခန္တိ မာရဗန္ဓနာ။

လေးသမားသည် မြားကို ဖြောင့်အောင်ပြုသကဲ့သို့ ပညာရှိသည် (အာရုံတို၌)တုန်လှုပ်၍ လှုပ်ပေါ်လော်
လည်ခြင်း သဘောရှိသော စောင့်ထိန်းရန် တားမြစ်ရန် ခက်ခဲသောစိတ်ကို ဖြောင့်အောင်ပြု၏။

ရေတည်းဟူသော မှီရာတည်ရာမှ ထုတ်ဆောင်၍ ကုန်း၌ပစ်ချထားအပ်သောငါးသည် တဖျပ်ဖျပ်
တုန်လှုပ်သကဲ့သို့ ကိလေသာမာရ် ကိုယ်တွင်းရန်ကိုပယ်ရန် ကာမနယ်ပယ်မှ ထုတ်ဆောင်၍ ထားအပ်သော
ဤစိတ်သည် တဖျပ်ဖျပ် တုန်လှုပ်၏။

နှိမ်နင်းရန်ခဲယဉ်း၍ လျင်မြန်သောသဘောရှိသော အလိုရှိရာအာရုံ၌ ကျလေ့ရှိသောစိတ်ကို ဆုံးမခြင်း သည်ကောင်း၏၊ (ဆုံးမပြီး၍)ယဉ်ကျေးသောစိတ်သည် ချမ်းသာကို ရွက်ဆောင်တတ်၏။

အလွန်အလွန်မြင်နိုင်ခဲသော အလွန်အလွန်သိမ်မွေ့သော အလိုရှိရာအာရုံ၌ ကျလေ့ရှိသော စိတ်ကို ပညာ ရှိသည် စောင့်ရှောက်ရာ၏၊ စောင့်ရှောက်ထားအပ်သောစိတ်သည် ချမ်းသာကို ရွက်ဆောင်တတ်၏။

အဝေးသို့သွားတတ်သော တစ်ဦးတည်းကျက်စားသော ကိုယ်ကောင်အထည်မရှိသော (ဟဒယ ဝတ္ထု)လိုဏ်ဂူ၌မှီသောစိတ်ကို အကြင်သူတို့သည် စောင့်စည်း(ချုပ်တည်း)ကြကုန်၏၊ (ထိုသူတို့သည်) မာရ်အနှောင်အဖွဲ့မှ လွတ်ကြကုန်လတ္တံ့။

33-37*

For a person of unsteady mind,
not knowing true Dhamma,
serenity
set adrift:
discernment doesn't grow full.

Anavaṭṭhitacittassa, Saddhammaṁ avijānato,
pariplavapasādassa, paññā na paripūrati.

အနဝဋ္ဌိတစိတ္တဿ၊ သဒ္ဓမ္မံ အဝိဇာနတော။
ပရိပ္လဝပသာဒဿ၊ ပညာ န ပရိပူရတိ။

မတည်တံ့သောစိတ်ရှိသော သူတော်ကောင်းတရားကို မသိသော ပေါလောပေါ်သော ယုံကြည်မှုရှိသူအား ပညာသည် မပြည့်စုံ။

38

For a person of unsoddened mind,
unassaulted awareness,
abandoning merit & evil,
wakeful,
there is no danger
no fear.

Anavassutacittassa, ananvāhatacetaso,
puññapāpapahīnassa natthi jāgarato bhayaṁ.

အနဝဿုတစိတ္တဿ၊ အနန္ဝာဟတစေတသော။
ပုညပါပပဟီနဿ၊ နတ္ထိ ဇာဂရတော ဘယံ။

(ရာဂ)မစိုစွတ်သောစိတ်ရှိသော၊ (ဒေါသ)ထိခိုက်သောစိတ်မရှိသော ကောင်းမှုမကောင်းမှုကို ပယ်ပြီးသော နိုးကြားသောပုဂ္ဂိုလ်အား ဘေးသည်မရှိ။

39*

Knowing this body
is like a clay jar,
securing this mind
like a fort,
attack Mara
with the spear of discernment,
then guard what's won
without settling there,
without laying claim.

Kumbhūpamaṁ kāyam-imaṁ viditvā,
nagarūpamaṁ cittam-idaṁ ṭhapetvā,
yodhetha Māraṁ paññāvudhena,
jitañ-ca rakkhe, anivesano siyā.

ကုမ္ဘူပမံ ကာယမိမံ ဝိဒိတ္ဝာ၊ နဂရူပမံ စိတ္တမိဒံ ဌပေတ္ဝာ။
ယောဓေထ မာရံ ပညာဝုဓေန၊ ဇိတဉ္စ ရက္ခေ အနိဝေသနော သိယာ။

ဤ(သုံးဆယ့်နှစ်ကောဋ္ဌာသ) ခန္ဓာကိုယ်ကို အိုးနှင့်တူ၏ဟုသိ၍ ဤစိတ်ကို မြို့နှင့်တူ၏ဟု ဉာဏ်၌သက်ဝင်စေလျက် ပညာလက်နက်ဖြင့် ကိလေသာမာရ်ကို တိုက်ခိုက်ရာ၏၊ (တိုက်ခိုက်၍) အောင်သော တရားကိုလည်း ကပ်ငြိတွယ်တာခြင်းမရှိဘဲ စောင့်ရှောက်ထားရာ၏။

40*

All too soon, this body
will lie on the ground
cast off,
bereft of consciousness,
like a useless scrap
of wood.

Aciraṁ vatayaṁ kāyo paṭhaviṁ adhisessati,
chuddho apetaviññāṇo, niratthaṁ va kaliṅgaraṁ.

အစိရံ ဝတယံ ကာယော၊ ပထဝိံ အဓိသေဿတိ။
ဆုဒ္ဓေါ အပေတဝိညာဏော၊ နိရတ္ထံဝ ကလိင်္ဂရံ။

ဤခန္ဓာကိုယ်သည် ဝိညာဉ်ကင်းခဲ့သော် အသုံးမကျသော ထင်းတုံးကဲ့သို့ စွန့်ပစ်အပ်သည် ဖြစ်၍ မကြာမီသာလျှင် မြေပေါ်၌ အိပ်ရလိမ့်တကား။

41

Whatever an enemy might do
to an enemy,
or a foe to a foe,
the ill-directed mind
can do to you
even worse.

Whatever a mother, father
or other kinsman
might do for you,
the well-directed mind
can do for you
even better.

Diso disaṁ yan-taṁ kayirā, verī vā pana verinaṁ –
micchāpaṇihitaṁ cittaṁ pāpiyo naṁ tato kare.

Na taṁ mātā pitā kayirā, aññe vā pi ca ñātakā,
sammāpaṇihitaṁ cittaṁ seyyaso naṁ tato kare.

ဒိသော ဒိသံ ယံ တံ ကယိရာ၊ ဝေရီ ဝါ ပန ဝေရိနံ။
မိစ္ဆာပဏိဟိတံ စိတ္တံ၊ ပါပိယော နံ တတော ကရေ။

န တံ မာတာ ပိတာ ကယိရာ၊ အညေ ဝါပိ စ ဉာတကာ။
သမ္မာပဏိဟိတံ စိတ္တံ၊ သေယျသော နံ တတော ကရေ။

ခိုးသူတစ်ယောက်သည် ခိုးသူတစ်ယောက်ကို(မြင်သော်) ပျက်စီးအောင် ပြုရာ၏၊ ရန်သူတစ်ယောက်သည် ရန်သူတစ်ယောက်ကို(မြင်သော်) ပျက်စီးအောင် ပြုရာ၏၊ မကောင်းသဖြင့် ထားအပ်သောစိတ်သည်ကား ထို စိတ်ရှိသူကို ထို့ထက်ပင် ယုတ်ညံ့အောင် ပြုနိုင်၏။

ထို လူ နတ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာမျိုးကို အမိအဖသည် မပြုနိုင်၊ တစ်ပါးသော ဆွေမျိုးတို့သည်လည်း မပြုစွမ်းနိုင်ကုန်၊ ထို လူ နတ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာမျိုးကို ကောင်းစွာထားအပ်သော စိတ်သည်သာလျှင် ထိုမိဖဆွေမျိုးတို့ထက် တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့်မြတ်အောင် ပြုစွမ်းနိုင်၏။

42-43*

IV : Pupphavaggo
Blossoms

Who will penetrate this earth
& this realm of death
with all its gods?
Who will ferret out
the well-taught Dhamma-saying,
as the skillful flower-arranger
the flower?

The learner-on-the-path
will penetrate this earth
& this realm of death
with all its gods.
The learner-on-the-path
will ferret out
the well-taught Dhamma-saying,
as the skillful flower-arranger
the flower.

Ko imaṁ paṭhaviṁ vicessati
yamalokañ-ca imaṁ sadevakaṁ?
Ko dhammapadaṁ sudesitaṁ
kusalo puppham-ivappacessati?

Sekho paṭhaviṁ vicessati
yamalokañ-ca imaṁ sadevakaṁ.
Sekho dhammapadaṁ sudesitaṁ
kusalo puppham-ivappacessati.

ကော ဣမံ ပထဝိံ ဝိစေဿတိ၊ ယမလောကဉ္စ ဣမံ သဒေဝကံ။
ကော ဓမ္မပဒံ သုဒေသိတံ၊ ကုသလော ပုပ္ဖမိဝ ပစေဿတိ။

သေခေါ ပထဝိ ဝိစေဿတိ၊ ယမလောကဉ္စ ဣမံ သဒေဝကံ။
သေခေါ ဓမ္မပဒံ သုဒေသိတံ၊ ကုသလော ပပ္ပဓိဝ ပစေဿတိ။

ဤအတ္တဘောတည်းဟူသော မြေကြီးကို လည်းကောင်း၊ (အပါယ်လေးဝ) ယမမင်းလောကကို လည်းကောင်း၊ နတ်လောကနှင့်တကွ ဤလူ့လောကကို လည်းကောင်း အဘယ်သူသည် ဉာဏ်ဖြင့် ရွေးချယ်စိစစ်နိုင်အံ့နည်း၊ လိမ္မာကျွမ်းကျင်သော ပန်းသည်သည် ပန်းကိုရွေးချယ် စိစစ်သကဲ့သို့ ကောင်းစွာဟောအပ်သော တရားအစုကို အဘယ်သူသည် ရွေးချယ်စိစစ်နိုင်အံ့နည်း။

ဤအတ္တဘောတည်းဟူသော မြေကြီးကို လည်းကောင်း၊ (အပါယ်လေးဝ) ယမမင်းလောကကို လည်းကောင်း၊ နတ်လောကနှင့်တကွ ဤလူ့လောကကို လည်းကောင်း သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်သည် ဉာဏ်ဖြင့် ရွေးချယ်စိစစ်နိုင်လတ္တံ့၊ လိမ္မာကျွမ်းကျင်သော ပန်းသည်သည် ပန်းကို ရွေးချယ်စိစစ်သကဲ့သို့ ကောင်းစွာဟောအပ်သော တရားအစုကို သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်သည် ရွေးချယ်စိစစ်နိုင်လတ္တံ့။

44-45*

Knowing this body
is like foam,
realizing its nature
—a mirage—
cutting out
the blossoms of Mara,
you go where the King of Death
can't see.

Pheṇūpamaṁ kāyam-imaṁ viditvā,
marīcidhammaṁ abhisambudhāno,
chetvāna Mārassa papupphakāni,
adassanaṁ Maccurājassa gacche.

ဖေဏူပမံ ကာယမိမံ ဝိဒိတ္ဝာ၊ မရီစိဓမ္မံ အဘိသမ္ဗုဓာနော။
ဆေတ္ဝာန မာရဿ ပပုပ္ဖကာနိ၊ အဒဿနံ မစ္စုရာဇဿ ဂစ္ဆေ။

ဤခန္ဓာကိုယ်ကို ရေမြှုပ်နှင့်တူသည်ဟု သိ၍ တံလျှပ်သဘောရှိသည်ဟု (ဉာဏ်ဖြင့်) ထိုးထွင်း၍သိလျက် မာရ်နတ်၏ ပန်းခိုင်သဖွယ်ဖြစ်ကုန်သော ဝဋ်ဆုံးပါးတို့ကို ဖြတ်ပြီးလျှင် သေမင်းမမြင်ရာ (နိဗ္ဗာန်)သို့ သွားရာ၏။

46

The man immersed in
gathering blossoms,
his heart distracted:
death sweeps him away—

as a great flood,
a village asleep.

The man immersed in
gathering blossoms,
his heart distracted,
insatiable in sensual pleasures:
the End-Maker holds him
under his sway.

Pupphāni heva pacinantaṁ byāsattamanasaṁ naraṁ,
suttaṁ gāmaṁ mahogho va, maccu ādāya gacchati.

Pupphāni heva pacinantaṁ byāsattamanasaṁ naraṁ,
atittaṁ yeva kāmesu Antako kurute vasaṁ.

ပုပ္ဖါနိ ဟေဝ ပစိနန္တံ၊ ဗျာသတ္တမနသံ နရံ။
သုတ္တံ ဂါမံ မဟောဃော၀၊ မစ္စု အာဒါယ ဂစ္ဆတိ။

ပုပ္ဖါနိ ဟေဝ ပစိနန္တံ၊ ဗျာသတ္တမနသံ နရံ။
အတိတ္တညေဝ ကာမေသု၊ အန္တကော ကုရုတေ ဝသံ။

ပန်းတို့ကို ကောင်းနိုးရာရာ ဆွတ်ခူးသောသူကဲ့သို့ ကာမဂုဏ်တို့ကို မရသေးသည်ကို တောင့်တ၊ ရပြီးသည်ကို တွယ်တာ၊ လွန်စွာကပ်ငြိသည့်စိတ်ရှိသောသူကို ကြီးစွာသော ရေအလျဉ်သည် အိပ်ပျော်နေသောရွာကို လွှမ်းမိုးတိုက်ယူသွားသကဲ့သို့ သေမင်းသည် သိမ်းယူ၍သွား၏။

ပန်းတို့ကို ကောင်းနိုးရာရာ ဆွတ်ခူးသောသူကဲ့သို့ ကာမဂုဏ်တို့ကို ဆွတ်ခူးလျက် မရသေးသည်ကို တောင့်တ၊ ရပြီးသည်ကို တွယ်တာ၊ လွန်စွာကပ်ငြိသည့်စိတ်ရှိသော ကာမဂုဏ်တို့၌ မရောင့်ရဲနိုင်သောသူကို သေမင်းယုတ်သည် မိမိအလိုအတိုင်း ပြုနိုင်၏။

47-48*

As a bee—without harming
the blossom,
its color,
its fragrance—
takes its nectar & flies away:
so should the sage
go through a village.

Yathā pi bhamaro pupphaṁ vaṇṇagandhaṁ aheṭhayaṁ
paḷeti rasam-ādāya, evaṁ gāme munī care.

ယထာပိ ဘမရော ပုပ္ဖံ၊ ဝဏ္ဏဂန္ဓမဟေဌယံ။
ပလေတိ ရသမာဒါယ၊ ဧဝံ ဂါမေ မုနီ စရေ။

ပျားပိတုန်းသည် ပန်းပွင့်ကိုလည်းကောင်း၊ အဆင်းအနံ့ကိုလည်းကောင်း မပျက်စီးစေဘဲ ပန်းဝတ်ရည်ကိုသာ စုပ်ယူပုံသွားသကဲ့သို့ ရွာ၌ ရဟန်းသည် ပန်းတည်းဟူသော သဒ္ဓါတရားနှင့် အဆင်းအနံ့ဟူသော စည်းစိမ်ဥစ္စာကို မပျက်စီးစေဘဲ ကျင့်ရာ၏။

49

Focus,
not on the rudenesses of others,
not on what they've done
or left undone,
but on what you
have & haven't done
yourself.

Na paresaṁ vilomāni, na paresaṁ katākataṁ
attano va avekkheyya, katāni akatāni ca.

န ပရေသံ ဝိလောမာနိ၊ န ပရေသံ ကတာကတံ။
အတ္တနော၀ အ၀ေက္ခေယျ၊ ကတာနိ အကတာနိ စ။

သူတစ်ပါးတို့၏ မလျော်သော အပြစ်အနာအဆာတို့ကို မကြည့်ရှုရာ၊ သူတစ်ပါးတို့၏ ကောင်းမှုမကောင်းမှု ပြုမပြုကို မကြည့်ရှုရာ၊ မိမိ၏ ကောင်းမှုမကောင်းမှု ပြုမပြုကိုသာလျှင် ကြည့်ရှုရာ၏။

50

Just like a blossom,
bright colored
but scentless:
a well-spoken word
is fruitless
when not carried out.

Just like a blossom,
bright colored
& full of scent:
a well-spoken word
is fruitful
when well carried out.

Yathā pi ruciraṁ pupphaṁ vaṇṇavantaṁ agandhakaṁ,
evaṁ subhāsitā vācā aphalā hoti akubbato.

Yathā pi ruciraṁ pupphaṁ vaṇṇavantaṁ sagandhakaṁ,
evaṁ subhāsitā vācā saphalā hoti pakubbato.

ယထာပိ ရုစိရံ ပုပ္ဖံ၊ ဝဏ္ဏဝန္တံ အဂန္ဓကံ။
ဧဝံ သုဘာသိတာ ဝါစာ၊ အဖလာ ဟောတိ အကုဗ္ဗတော။

ယထာပိ ရုစိရံ ပုပ္ဖံ၊ ဝဏ္ဏဝန္တံ သဂန္ဓကံ။
ဧဝံ သုဘာသိတာ ဝါစာ၊ သဖလာ ဟောတိ ကုဗ္ဗတော။

အဆင်းသာရှိ၍ အနံ့မရှိသော တင့်တယ်လှပသော (ပေါက်ပွင့်စသော)ပန်းသည် ပန်ဆင်သူအား အနံ့တည်းဟူသောအကျိုးကို မဆောင်နိုင်သကဲ့သို့ ကောင်းစွာဟောကြားတော်မူအပ်သော (အဆုံးအမ)စကားတော်သည် မလိုက်နာ မကျင့်ကြံသူအား အကျိုးကို မဆောင်နိုင်။

အဆင်းအနံ့ပြည့်စုံ၍ တင့်တယ်လှပသော စံပယ်စကားစသော ပန်းသည် ပန်ဆင်သူအား အနံ့တည်းဟူသောအကျိုးကို ဆောင်နိုင်သကဲ့သို့ ကောင်းစွာဟောကြားတော်မူအပ်သော (ပိဋကတ်) စကားတော်သည် လိုက်နာကျင့်ကြံသူအား အကျိုးကို ဆောင်နိုင်၏။

51-52

Just as from a heap of flowers
many garland strands can be made,
even so
one born & mortal
should do
—with what's born & is mortal—
many a skillful thing.

Yathā pi puppharāsimhā kayirā mālāguṇe bahū,
evaṁ jātena maccena kattabbaṁ kusalaṁ bahuṁ.

ယထာပိ ပုပ္ဖရာသိမှာ၊ ကယိရာ မာလာဂုဏေ ဗဟူ။
ဧဝံ ဇာတေန မစ္စေန၊ ကတ္တဗ္ဗံ ကုသလံ ဗဟုံ။

ပန်းစုပန်းပုံအတွင်းမှ များစွာသောပန်းကုံးတို့ကို သီကုံးပြုလုပ်သကဲ့သို့ ဖြစ်ပေါ်လာသော သတ္တဝါသည် ဥစ္စာသဒ္ဓါတည်းဟူသော အစုအပုံအတွင်းမှ မြောက်မြားစွာသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ပြုရာ၏။

53*

No flower's scent

goes against the wind—
not sandalwood,
jasmine,
tagara.
But the scent of the good
does go against the wind.
The person of integrity
wafts a scent
in every direction.

Sandalwood, tagara,
lotus, & jasmine:
among these scents,
the scent of virtue
is unsurpassed.

Next to nothing, this scent
—sandalwood, tagara—
while the scent of virtuous conduct
wafts to the devas,
supreme.

Na pupphagandho paṭivātam-eti,
na candanaṁ tagaramallikā vā,
satañ-ca gandho paṭivātam-eti,
sabbā disā sappuriso pavāyati.

Candanaṁ tagaraṁ vā pi, uppalaṁ atha vassikī,
etesaṁ gandhajātānaṁ sīlagandho anuttaro.

Appamatto ayaṁ gandho yāyaṁ tagaracandanī,
yo ca sīlavataṁ gandho vāti devesu uttamo.

န ပုပ္ဖဂန္ဓော ပဋိဝါတမေတိ၊ န စန္ဒနံ တဂရမလ္လိကာ ဝါ။
သတ္တ ဂန္ဓော ပဋိဝါတမေတိ၊ သဗ္ဗာ ဒိသာ သပ္ပုရိသော ပဝါယတိ။

စန္ဒနံ တဂရံ ဝါပိ၊ ဥပ္ပလံ အထ ဝဿိကီ။
ဧတေသံ ဂန္ဓဇာတာနံ၊ သီလဂန္ဓော အနုတ္တရော။

အပ္ပမတ္တော အယံ ဂန္ဓော၊ ယာယံ တဂရစန္ဒနီ။
ယော စ သီလဝတံ ဂန္ဓော၊ ဝါတိ ဒေဝေသု ဥတ္တမော။

ပန်းအနံ့သည် လေညာသို့မသွား၊ စန္ဒကူးအနံ့ တောင်ဇလပ်ပန်းအနံ့ စံပယ်ကြက်ရုံးပန်း အနံ့သည်လည်း လေညာသို့မသွား၊ သူတော်ကောင်းတို့၏အနံ့သည်သာ လေညာသို့သွား၏၊ သူတော်ကောင်းတို့၏ ဂုဏ်သတင်းသည် အရပ်မျက်နှာ အားလုံးတို့သို့ ပျံ့နှံ့လှိုင်ကြူ၏။

စန္ဒကူးအနံ့သည်လည်းကောင်း၊ တောင်ဇလပ်ပန်းအနံ့သည်လည်းကောင်း၊ ကြာညိုပန်းအနံ့သည် လည်းကောင်း၊ မြလေးပန်းအနံ့သည်လည်းကောင်းရှိ၏၊ ထိုပန်းရနံ့ အမျိုးမျိုးတို့ထက် သီလသည်သာ အတုမရှိ မြတ်၏။

တောင်ဇလပ် စန္ဒကူးပန်းတို့၏ အနံ့သည် မပြောပလောက် အနည်းငယ်မျှသာဖြစ်၏၊ ဤ သီလရှိသောသူတို့၏ သီလအနံ့သည်သာ ထူးကဲလွန်မြတ်သည်ဖြစ်၍ နတ်ပြည်တို့၌လှိုင်၏။

54-56*

> Those consummate in virtue,
> dwelling in heedfulness,
> released through right knowing:
> Mara can't follow their tracks.

Tesaṁ sampannasīlānaṁ, appamādavihārinaṁ,
sammad-aññāvimuttānaṁ, Māro maggaṁ na vindati.

တေသံ သမ္ပန္နသီလာနံ၊ အပ္ပမာဒဝိဟာရိနံ။
သမ္မဒညာ ဝိမုတ္တာနံ၊ မာရော မဂ္ဂံ န ဝိန္ဒတိ။

ပြည့်စုံသော သီလရှိကုန်သော မမေ့မလျော့နေလေ့ရှိကုန်သော ကောင်းစွာ ဉာဏ်ဖြင့်သိ၍ ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်သော ထိုသူတို့၏ သွားရာလမ်းကြောင်းကို မာရ်နတ်သည် မသိ မတွေ့မမြင်နိုင်ပေ။

57*

> As in a pile of rubbish
> cast by the side of a highway
> a lotus might grow
> clean-smelling
> pleasing the heart,
> so in the midst of the rubbish-like,
> people run-of-the-mill & blind,
> there dazzles with discernment
> the disciple of the Rightly
> Self-Awakened One.

Yathā saṅkāradhānasmiṁ ujjhitasmiṁ mahāpathe
padumaṁ tattha jāyetha, sucigandhaṁ manoramaṁ.

Evaṁ saṅkārabhūtesu, andhabhūte puthujjane,
atirocati paññāya Sammāsambuddhasāvako.

ယထာ သင်္ကာရဓာနသ္မိံ၊ ဥစ္ဈိတသ္မိံ မဟာပထေ။
ပဒုမံ တတ္ထ ဇာယေထ၊ သုစိဂန္ဓံ မနောရမံ။

ဧဝံ သင်္ကာရဘူတေသု၊ အန္ဓဘူတေ ပုထုဇ္ဇနေ။
အတိရောစတိ ပညာယ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓသာဝကော။

လမ်းမကြီးဝယ် စွန့်ပစ်ထားသော အမှိုက်ပုံ၌ မွှေးကြိုင်လှိုင်ထုံ၍ နှစ်သက်ဖွယ်ရှိသော ပဒုမ္မာကြာပန်းသည် ပေါက်ရောက်သကဲ့သို့။

အမှိုက်ပုံသဖွယ်ဖြစ်သော သတ္တဝါတို့၏အလယ်၌နေသည့် မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သည် အကန်းသဖွယ်ဖြစ်သော ပုထုဇဉ်တို့ကို ပညာဖြင့်လွန်၍ တင့်တယ်၏။

58-59

V : Bālavaggo
Fools

Long for the wakeful is the night.
Long for the weary, a league.
For fools
unaware of True Dhamma,
samsara
is long.

Dīghā jāgarato ratti, dīghaṁ santassa yojanaṁ,
dīgho bālānaṁ saṁsāro Saddhammaṁ avijānataṁ.

ဒီဃာ ဇာဂရတော ရတ္တိ၊ ဒီဃံ သန္တဿ ယောဇနံ။
ဒီဃော ဗာလာန သံသာရော၊ သဒ္ဓမ္မံ အဝိဇာနတံ။

အိပ်မပျော် နိုးနေသောသူအား ညဉ့်တာရှည်လျား၏၊ ခရီးပန်းသောသူအား ယူဇနာခရီးသည် ရှည်လျား၏။
သူတော်ကောင်းတရားကို မသိသော လူမိုက်တို့အား သံသရာသည် ရှည်လျား၏။

60

If, in your course, you don't meet
your equal, your better,
then continue your course,
firmly,
alone.
There's no fellowship with fools.

Carañ-ce nādhigaccheyya seyyaṁ sadisam-attano,
ekacariyaṁ daḷhaṁ kayirā: natthi bāle sahāyatā.

စရေ့ဉ နာဓိဂစ္ဆေယျ၊ သေယျံ သဒိသမတ္တနော။

ကေစရိယံ ဒဠ္ဠံ ကယိရာ၊ နတ္ထိ ဗာလေ သဟာယတာ။

လူမိုက်၌ တရားကျင့်ရန် အဆွေခင်ပွန်းအဖြစ် မရှိရကား တရားကျင့်သူသည် မိမိထက် သာလွန်သူ မိမိနှင့် တူမျှသူကို မရနိုင်ပါမူ တစ်ယောက်တည်း ကျင့်ခြင်းကိုသာလျှင် မြဲမြံစွာ ပြုကျင့်ရာ၏။

61

‘I have sons, I have wealth’—
the fool torments himself.
When even he himself
doesn’t belong to himself,
how then sons?
How wealth?

“Puttā matthi, dhanam-matthi,” iti bālo vihaññati,
attā hi attano natthi, kuto puttā, kuto dhanaṁ?

ပုတ္တာ မတ္ထိ ဓနံ မတ္ထိ၊ ဣတိ ဗာလော ဝိဟညတိ။
အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နတ္ထိ၊ ကုတော ပုတ္တာ ကုတော ဓနံ။

လူမိုက်သည် ငါ့အား သားသမီးတို့ ရှိကုန်၏၊ ဥစ္စာတို့သည်လည်း ရှိကုန်၏ဟု စွဲလမ်းမှု တဏှာဖြင့် ဆင်းရဲပင်ပန်းရ၏။ အမှန်သော်ကား မိမိအား အတ္တသည်လည်း မရှိပါဘဲလျက် အဘယ်မှာ သားသမီးရှိအံ့နည်း၊ အဘယ်မှာလျှင် ဥစ္စာရှိအံ့နည်း။

62

A fool with a sense of his foolishness
is—at least to that extent—wise.
But a fool who thinks himself wise
really deserves to be called
a fool.

Yo bālo maññati bālyaṁ, paṇḍito vāpi tena so,
bālo ca paṇḍitamānī, sa ve bālo ti vuccati.

ယော ဗာလော မညတိ ဗာလျံ၊ ပဏ္ဍိတော ဝါပိ တေန သော။
ဗာလော စ ပဏ္ဍိတမာနီ၊ သ ဝေ ဗာလောတိ ဝုစ္စတိ။

မိုက်သောသူသည် မိမိမိုက်သည့် အဖြစ်ကိုသိ၏၊ ထိုသိမှုကြောင့် ပညာရှိဖြစ်နိုင်သေး၏၊ မိုက်သောသူသည် ငါပညာရှိဟု မိမိကိုယ်ကို ထင်မှတ်နေပါမူကား ထိုသူကို စင်စစ် လူမိုက်ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

63

Even if for a lifetime
the fool stays with the wise,
he knows nothing of the Dhamma—
as the ladle,
the taste of the soup.
Even if for a moment,
the perceptive person stays with the wise,
he immediately knows the Dhamma—
as the tongue,
the taste of the soup.

Yāvajīvam-pi ce bālo paṇḍitaṁ payirupāsati,
na so Dhammaṁ vijānāti, dabbī sūparasaṁ yathā.

Muhuttam-api ce viññū paṇḍitaṁ payirupāsati,
khippaṁ Dhammaṁ vijānāti, jivhā sūparasaṁ yathā.

ယာဝဇီဝမ်ိ ဧေ ဗာလော၊ ပဏ္ဍိတံ ပယိရုပါသတိ။
န သော ဓမ်ံ ဝိဇာနာတိ၊ ဒဗ်ီ သူပရသံ် ယထာ။

မုဟုတ္တမပိ ဧေ ဝိညူ၊ ပဏ္ဍိတံ ပယိရုပါသတိ။
ခိပ်ံ ဓမ်ံ ဝိဇာနာတိ၊ ဇိဝှါ သူပရသံ် ယထာ။

ယောက်မသည် ဟင်း၏အရသာကို မသိသကဲ့သို့ မိုက်သူသည် အသက်ရှည်သမျှ ကာလပတ်လုံး ပညာရှိကို ဆည်းကပ်စေကာမူ သူတော်ကောင်းတရားကို မသိနိုင်။

လျှာသည် ဟင်း၏အရသာကို သိသကဲ့သို့ သိကြား လိမ္မာသူသည် တစ်ခဏမျှ ပညာရှိကို ဆည်းကပ်ရစေကာမူ (သူတော်ကောင်း)တရားကို လျင်မြန်စွာ သိနိုင်၏။

64-65

Fools, their wisdom weak,
are their own enemies
as they go through life,
doing evil
that bears
bitter fruit.

Caranti bālā dummedhā amitteneva attanā,
karontā pāpakaṁ kammaṁ, yaṁ hoti kaṭukapphalaṁ.

စရန္တိ ဗာလော ဒုမ္မေဓာ၊ အမိတ္တေနေဝ အတ္တနာ။
ကရောန္တော ပါပကံ ကမ္မံ၊ ယံ ဟောတိ ကဋုကပ္ဖလံ။

စပ်ရှားခံခက်သော အကျိုးရှိသည့် မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံကို ပြုကြကုန်သော ပညာမဲ့ကုန်သော
သူမိုက်တို့သည် မိမိသည်ပင် ရန်သူကဲ့သို့ဖြစ်၍ လှည့်လည်ကြရကုန်၏။

66

It's not good,
the doing of the deed
that, once it's done,
you regret,
whose result you reap crying,
your face in tears.

It's good,
the doing of the deed
that, once it's done,
you don't regret,
whose result you reap gratified,
happy at heart.

Na taṁ kammaṁ kataṁ sādhu, yaṁ katvā anutappati,
yassa assumukho rodaṁ, vipākaṁ paṭisevati.

Tañ-ca kammaṁ kataṁ sādhu, yaṁ katvā nānutappati,
yassa patīto sumano, vipākaṁ paṭisevati.

န တံ ကမ္မံ ကတံ သာဓု၊ ယံ ကတ္ဝာ အနုတပ္ပတိ။
ယဿ အဿုမုခေါ ရောဒံ၊ ဝိပါကံ ပဋိသေဝတိ။

တဉ္စ ကမ္မံ ကတံ သာဓု၊ ယံ ကတ္ဝာ နာနုတပ္ပတိ။
ယဿ ပတီတော သုမနော၊ ဝိပါကံ ပဋိသေဝတိ။

အကြင်ကံကို ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် နောင်တတစ်ဖန် ပူပန်ရ၏၊ ထိုကံမျိုးကို ပြုလုပ်ခြင်းသည် မကောင်း၊
မျက်ရည်စက်လက် ငိုကြွေးလျက် အကြင်ကံ၏အကျိုးကို ခံစားရ၏၊ ထိုကံမျိုးကို ပြုလုပ်ခြင်းသည် မကောင်း။

အကြင်ကံကို ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် နောင်တတစ်ဖန် မပူပန်ရ၊ ထိုကံမျိုးကို ပြုလုပ်ခြင်းသည် ကောင်း၏၊
နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်လျက် အကြင်ကံ၏အကျိုးကို ခံစားရ၏၊ ထိုကံမျိုးကို ပြုလုပ်ခြင်းသည် ကောင်း၏။

67-68

As long as evil has yet to ripen,

the fool mistakes it for honey.
But when that evil ripens,
the fool falls into
pain.

Madhuvā maññati bālo, yāva pāpaṁ na paccati,
yadā ca paccati pāpaṁ, bālo dukkhaṁ nigacchati.

မခုံဝါ မညတိ ဗာလော၊ ယာဝ ပါပံ န ပစ္စတိ။
ယဒါ စ ပစ္စတိ ပါပံ၊ အထ ဒုက္ခံ နိဂစ္ဆတိ။

မိုက်သောသူသည် အကြင်မျှလောက် မကောင်းမှုသည် အကျိုးမပေးသေး၊ ထိုမျှလောက် မကောင်းမှုကို ပျားသကာကဲ့သို့မှတ်ထင်၏၊ အကြင်အခါ၌ကား မကောင်းမှုသည် အကျိုးပေး၏၊ ထိုအခါ၌ ဆင်းရဲသို့ ရောက်ရ၏။

69

Month after month
the fool might eat
only a tip-of-grass measure of food,
but he wouldn't be worth
one sixteenth
of those who've fathomed
the Dhamma.

Māse māse kusaggena bālo bhuñjetha bhojanaṁ,
na so saṅkhātadhammānaṁ kalaṁ agghati soḷasiṁ.

မာသေ မာသေ ကုသဂ္ဂေန၊ ဗာလော ဘုဉ္ဇေယျ ဘောဇနံ။
န သော သင်္ခါတဓမ္မာနံ၊ ကလံ အဂ္ဃတိ သောဠသိံ။

မိုက်သောသူသည် လစဉ်လတိုင်း သမန်းမြက်ဖျားဖြင့် (အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး ခြိုးခြံသော အကျင့်ကိုကျင့်အံ့ဟု) ဘောဇဉ်ကို စားစေကာမူ ထိုမိုက်သူ၏ အကျင့်သည် တရားသိပြီးသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ခြိုးခြံသောအကျင့်ကို တစ်ဆယ့်ခြောက်စိတ် စိတ်၍ တစ်စိတ်လောက်မျှ အဖိုးမထိုက်။

70

An evil deed, when done,
doesn't—like ready milk—
come out right away.
It follows the fool,

smoldering
like a fire
hidden in ashes.

Na hi pāpaṁ kataṁ kammaṁ, sajju khīraṁ va muccati,
ḍahantaṁ bālam-anveti, bhasmacchanno va pāvako.

နဟိ ပါပံ ကတံ ကမ္မံ၊ သဇ္ဇုခီရံဝ မုစ္စတိ။
ဍဟန္တံ ဗာလမန္ဝေတိ၊ ဘသ္မစ္ဆန္နော ပါဝကော။

ညှစ်ပြီးစနို့ရည်သည် ပြကတော့သဘောမှ ရုတ်တရက် မပြောင်းလဲသကဲ့သို့ ပြုသစ်စဖြစ်သော မကောင်းမှုသည် (ရုတ်တရက်) အကျိုးမပေးသေး၊ (အကျိုးပေးသောအခါ) ပြာဖုံးသော မီးခဲကဲ့သို့ သူမိုက်ကို လောင်ကျွမ်းစေလျက် အစဉ်လိုက်၏။

71*

Only for his ruin
does renown come to the fool.
It ravages his bright fortune
& rips his head apart.

He would want unwarranted status,
preeminence among monks,
authority among monasteries,
homage from lay families.

‘Let householders & those gone forth
both think that this
was done by me alone.
May I alone determine
what’s a duty, what’s not’:
the resolve of a fool
as they grow—
his desire & pride.

Yāvad-eva anatthāya ñattaṁ bālassa jāyati,
hanti bālassa sukkaṁsaṁ, muddham-assa vipātayaṁ.

Asataṁ bhāvanam-iccheyya, purekkhārañ-ca bhikkhusu,
āvāsesu ca issariyaṁ, pūjā parakulesu ca:

“Mameva kata’ mañ̃ñantu gihī pabbajitā ubho,
mameva ativasā assu, kiccākiccesu kismici”,
iti bālassa saṅkappo, icchā māno ca vaḍḍhati.

ယာဝဒေဝ အနတ္ထာယ၊ ဥ တ္တံ ဗာလဿ ဧာယတိ။
ဟန္တိ ဗာလဿ သုက္ကံသံ၊ မုဒ္ဓမဿ ဝိပါတယံ။

အသန္တံ ဘာဝနမိစ္ဆေယျ၊ ပုရေက္ခာရဥ္စ ဘိက္ခုသု။
အာဝါသေသု စ ဣဿရိယံ၊ ပူဇံ ပရကုလေသု စ။

မမေဝ ကတ မညန္တု၊ ဂိဟီ ပဗ္ဗဇိတာ ဥဘော။
မမေဝါတိဝသာ အဿု၊ ကိစ္စာကိစ္စေသု ကိသ္မိစိ။
ဣတိ ဗာလဿ သင်္ကပ္ပေါ၊ ဣစ္ဆာ မာနော စ ဝဍ္ဎတိ။

သူမိုက်၏အတတ်ပညာသည် သူမိုက်အား အကျိုးမဲ့ရန်အတွက်သာ ဖြစ်၏၊ ကုသိုလ်အဖို့အစုကို ဖျက်ဆီး၏၊ ပညာဦးထိပ်ကို ပြတ်၍ ကျစေတတ်၏။

မလိမ္မာသောရဟန်းသည် ရဟန်းတို့၏အလယ်၌ မိမိတွင်ထင်ရှားမရှိသောဂုဏ်ဖြင့် ချီးမွမ်းခြင်းကို လည်းကောင်း၊ ခြံရုံလျက် မိမိအားရှေ့ဆောင်ပြုခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ကျောင်း အိပ်ရာ နေရာတို့၌ အစိုးရခြင်းကို လည်းကောင်း၊ ဆွေမျိုးမဟုတ်သော ဒါယကာတို့၏(ပစ္စည်းလေးပါးတို့ဖြင့်) ပူဇော်ခြင်းကိုလည်းကောင်း အလိုရှိ၏။

ငါ့ကြောင့်သာ အမှုကြီးငယ်တို့ ပြီးစီးကုန်၏ဟု လူရှင်ရဟန်း နှစ်ဦးတို့ မှတ်ထင်စေကုန်သတည်း၊ တစ်စုံတစ်ခု အမှုကြီးငယ်တို့၌ ငါ့အလိုသို့ လိုက်စေကြကုန်သတည်းဟု မိုက်သောရဟန်းအား အကြံအစည် အလိုရမ္မက် မာန်မာနသည် တိုးပွားလေ၏။

72-74

The path to material gain
goes one way,
the way to Unbinding,
another.
Realizing this, the monk,
a disciple to the Awakened One,
should not relish offerings,
should cultivate seclusion
instead.

Aññā hi lābhūpanisā, aññā Nibbānagāminī,
evam-etaṁ abhiññāya bhikkhu Buddhassa sāvako
sakkāraṁ nābhinandeyya, vivekam-anubrūhaye.

အညာ ဟိ လာဘူပနိသာ၊ အညာ နိဗ္ဗာနဂါမိနီ။

ဧဝမေတံ အဘိညာယ၊ ဘိက္ခု ဗုဒ္ဓသ သာဝကော။
သက္ကာရံ နာဘိနန္ဒေယျ၊ ဝိဝေကမနုဗြူဟယေ။

လာဘ်ရကြောင်း အကျင့်သည် တစ်မျိုးတခြားတည်း၊ နိဗ္ဗာန်ရကြောင်း အကျင့်သည် တစ်မျိုးတည်း၊ ဤသို့ ဤအကျင့်နှစ်မျိုးနှစ်စားကို ခွဲခြားသိ၍ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သား ရဟန်းသည် လာဘ်ပူဇော်သကာကို မနှစ်သက်ရာ။ ဝိဝေကသုံးပါးကိုသာ တိုးပွားစေရာ၏။

VI : Paṇḍitavaggo
The Wise

Regard him as one who
points out
treasure,
the wise one who
seeing your faults
rebukes you.
Stay with this sort of sage.
For the one who stays
with a sage of this sort,
things get better,
not worse.

Let him admonish, instruct,
deflect you
away from poor manners.
To the good, he's endearing;
to the bad, he's not.

Nidhīnaṁ va pavattāraṁ yaṁ passe vajjadassinaṁ,
niggayhavādiṁ medhāviṁ tādisaṁ paṇḍitaṁ bhaje;
tādisaṁ bhajamānassa seyyo hoti na pāpiyo.

Ovadeyyānusāseyya, asabbhā ca nivāraye,
sataṁ hi so piyo hoti, asataṁ hoti appiyo.

နိဓီနံဝ ပဝတ္တာရံ၊ ယံ ပဿေ ဝဇ္ဇဒဿိနံ။
နိဂ္ဂယှဝါဒိံ မေဓာဝိံ၊ တာဒိသံ ပဏ္ဍိတံ ဘဇေ။
တာဒိသံ ဘဇမာနဿ၊ သေယ္ယော ဟောတိ န ပါပိယော။

ဩဝဒေယျာနုသာသေယျ၊ အသဇ္ဇာ စ နိဝါရယေ။
သတံ ဟိ သော ပိယော ဟောတိ၊ အသတံ ဟောတိ အပ္ပိယော။

အပြစ်ဖော်ပြ နှိမ်ချဆုံးမလေ့ရှိသော ထိုသို့သဘောရှိသော ပညာရှိကို မြုပ်ထားသောရွှေအိုးကို ပြောကြားလာသူကဲ့သို့ ထင်မှတ်ရှုကြည့်၍ ဆည်းကပ်ရာ၏၊ ထိုသို့ သဘောရှိသော ပညာရှိကို ဆည်းကပ်သောသူအားမြတ်၏၊ မယုတ်ညံ့ပေ။

ဆုံးမရာ၏၊ ကြိုတင်ဆုံးမရာ၏၊ မကောင်းသော အပြုအမူတို့မှလည်း တားမြစ်ရာ၏၊ ထိုသူကို သူတော်ကောင်းတို့ ချစ်ခင်နှစ်သက်အပ်၏၊ မသူတော်တို့ကား မချစ်မနှစ်သက်ပေ။

76-77

> Don't associate with bad friends.
> Don't associate with the low.
> Associate with admirable friends.
> Associate with the best.

Na bhaje pāpake mitte, na bhaje purisādhame,
bhajetha mitte kalyāṇe, bhajetha purisuttame.

နဘဇေ ပါပကေ မိတ္တေ၊ နဘဇေ ပုရိသာဓမေ။
ဘဇေထ မိတ္တေ ကလ္လာဏေ၊ ဘဇေထ ပုရိသုတ္တမေ။

ယုတ်မာသော မိတ်ဆွေတို့ကို မဆည်းကပ်ရာ၊ ယုတ်မာသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို မဆည်းကပ်ရာ၊ မိတ်ဆွေကောင်းတို့ကို ဆည်းကပ်ရာ၏၊ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့ကို ဆည်းကပ်ရာ၏။

78

> Drinking the Dhamma,
> refreshed by the Dhamma,
> one sleeps at ease
> with clear awareness & calm.
> In the Dhamma revealed
> by the noble ones,
> the wise person
> always delights.

Dhammapīti sukhaṁ seti, vippasannena cetasā,
Ariyappavedite Dhamme sadā ramati paṇḍito.

ဓမ္မပီတိ သုခံ သေတိ၊ ဝိပ္ပသန္နေန စေတသာ။
ဣရိယပ္ပဝေဒိတေ ဓမ္မေ သဒါ ရမတိ ပဏ္ဍိတော။

အရိယပွဝေဒိတေ ဓမ္မေ၊ သဒါ ရမတိ ပဏ္ဍိတော။

တရားတည်းဟူသော အမြိုက်ရေကို သောက်ရသူသည် အထူးသန့်ရှင်း ကြည်လင်သောစိတ်ဖြင့်
ချမ်းသာစွာနေရ၏၊ ပညာရှိသည် အခါခပ်သိမ်း အရိယာသူတော်ကောင်းတို့ ဟောအပ်သော
(ဗောဓိပက္ခိယ)တရား၌ မွေ့လျော်၏။

79*

Irrigators guide the water.
Fletchers shape the arrow shaft.
Carpenters shape the wood.
The wise control themselves.

Udakaṁ hi nayanti nettikā,
usukārā namayanti tejanaṁ,
dāruṁ namayanti tacchakā,
attānaṁ damayanti paṇḍitā.

ဥဒကံ ဟိ နယန္တိ နေတ္တိကာ၊ ဥသုကာရာ နမယန္တိ တေဇနံ။
ဒါရုံ နမယန္တိ တစ္ဆကာ၊ အတ္တာနံ ဒမယန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

မြောင်းတူး ရေယူသမားတို့သည် (အလိုရှိရာသို့) ရေကိုဆောင်ယူကုန်၏၊ လေးသမားတို့သည် မြားကို
ဖြောင့်ကုန်၏၊ သစ်ရွေသမားတို့သည် (လိုတိုင်းရအောင်)သစ်ကို ရွေကုန်၏၊ ပညာရှိတို့သည် မိမိကိုယ်ကို
(ယဉ်ကျေးအောင်) ဆုံးမကုန်၏။

80

As a single slab of rock
won't budge in the wind,
so the wise are not moved
by praise,
by blame.

Selo yathā ekaghano vātena na samīrati,
evaṁ nindāpasaṁsāsu na samiñjanti paṇḍitā.

သေလော ယထာ ဧကဃနော၊ ဝါတေန န သမီရတိ။
ဧဝံ နိန္ဒာပသံသာသု၊ န သမိဉ္ဇန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

တစ်ခဲနက်ဖြစ်သော ကျောက်တောင်သည် (အရပ်လေးမျက်နှာမှ) လာသောလေကြောင့် မတုန်လှုပ်သကဲ့သို့ ပညာရှိတို့သည် ချီးမွမ်းခြင်း ကဲ့ရဲ့ခြင်းတို့ကြောင့် မတုန်လှုပ်ကုန်။

81

Like a deep lake,
clear, unruffled, & calm:
so the wise become clear,
calm,
on hearing words of the Dhamma.

Yathā pi rahado gambhīro vippasanno anāvilo,
evaṁ Dhammāni sutvāna vippasīdanti paṇḍitā.

ယထာပိ ရဟဒေါ ဂမ္ဘီရော၊ ဝိပ္ပသန္နော အနာဝိလော။
ဧဝံ ဓမ္မာနိ သုတ္ဝာန၊ ဝိပ္ပသီဒန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

နက်လှစွာသော သမုဒ္ဒရာသည် နောက်ကျခြင်းမရှိ အထူးကြည်လင်ဘိသကဲ့သို့ ပညာရှိတို့သည် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားအပ်သော တရားတို့ကို ကြားနာရ၍ အထူးကြည်လင်ကုန်၏။

82

Everywhere, truly,
those of integrity
stand apart.
They, the good,
don't chatter in hopes
of favor or gains.
When touched
now by pleasure,
now pain,
the wise give no sign
of high
or low.

Sabbattha ve sappurisā cajanti,
na kāmakāmā lapayanti santo;
sukhena phuṭṭhā atha vā dukhena,
noccāvacaṁ paṇḍitā dassayanti.

သဗ္ဗတ္ထ ဝေ သပ္ပုရိသာ စဇန္တိ၊ န ကာမကာမာ လပယန္တိ သန္တော။
သုခေန ဖုဋ္ဌာ အထ ဝါ ဒုခေန၊ န ဥစ္စာဝစံ ပဏ္ဍိတာ ဒဿယန္တိ။

သူတော်ကောင်းတို့သည် (ခန္ဓာငါးပါးစသော) သဘောတရား အားလုံးတို့၌ (တက်မက်မောမှုကို) စင်စစ် စွန့်လွတ်ကုန်၏၊ သူတော်ကောင်းတို့သည် ကာမတို့ကို အလိုရှိကုန်သည် ဖြစ်၍ မပြောဆိုကုန်၊ ပညာရှိတို့သည် ချမ်းသာဆင်းရဲနှင့် တွေ့စေကာမူ ဝမ်းမြောက်ခြင်း နှလုံးမသာခြင်း သဘောကို မဖော်ပြကြကုန်။

83*

One who wouldn't—
not for his own sake
nor that of another—
hanker for
wealth,
a son,
a kingdom,
his own fulfillment,
by unrighteous means:
he is righteous, rich
in virtue,
discernment.

Na attahetu na parassa hetu,
na puttam-icche na dhanaṁ na raṭṭhaṁ –
na iccheyya adhammena samiddhim-attano;
sa sīlavā paññavā dhammiko siyā.

န အတ္တဟေတု န ပရဿ ဟေတု၊ န ပုတ္တမိစ္ဆေ န ဓနံ န ရဋ္ဌံ။
န ဣစ္ဆေယျ အဓမ္မေန သမိဒ္ဓိမတ္တနော၊ သ သီလဝါ ပညဝါ ဓမ္မိကော သိယာ။

ပညာရှိမည်သည် မိမိအကြောင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ သူတစ်ပါးအကြောင်းကြောင့်ဖြစ်စေ (မကောင်းမှုကိုမပြု)မကောင်းမှုဖြင့် သားသမီး ဥစ္စာတိုင်းပြည်ကို အလိုမရှိရာ၊ မတရားမှုဖြင့် မိမိ၏ ပြည့်စုံမှုကို အလိုမရှိရာ၊ ထိုသို့သဘောရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် သီလရှိသူ ပညာရှိသူ တရားရှိသူ ဖြစ်၏။

84

Few are the people
who reach the Far Shore.
These others
simply scurry along
this shore.
But those who practice Dhamma
in line with the well-taught Dhamma,
will cross over the realm of Death

so hard to transcend.

Forsaking dark practices,
the wise person
should develop the bright,
having gone from home
to no-home
in seclusion, so hard to enjoy.
There he should wish for delight,
discarding sensuality—
he who has nothing.
He should cleanse himself—wise—
of what defiles the mind.

Whose minds are well-developed
in the factors for self-awakening,
who delight in non-clinging,
relinquishing grasping—
resplendent,
their effluents ended:
they, in the world,
are Unbound.

Appakā te manussesu ye janā pāragāmino,
athāyaṁ itarā pajā tīram-evānudhāvati.

Ye ca kho sammad-akkhāte Dhamme dhammānuvattino,
te janā pāram-essanti, maccudheyyaṁ suduttaraṁ.

Kaṇhaṁ dhammaṁ vippahāya, sukkaṁ bhāvetha paṇḍito,
okā anokaṁ āgamma; viveke yattha dūramaṁ.

Tatrābhiratim-iccheyya, hitvā kāme akiñcano,
pariyodapeyya attānaṁ cittaklesehi paṇḍito.

Yesaṁ sambodhi-aṅgesu sammā cittaṁ subhāvitaṁ,
ādānapaṭinissagge anupādāya ye ratā,
khīṇāsavā jutimanto, te loke parinibbutā.

အပ္ပကာ တေ မနုဿေသု၊ ယေ ဧနာ ပါရဂါမိနော။
အထာယံ ဣတရာ ပဇာ၊ တီရမေဝါနုဓာဝတိ။

ယေ စ ခေါ သမ္မဒက္ခာတေ၊ ဓမ္မေ ဓမ္မာနုဝတ္တိနော။
တေ ဧနာ ပါရမေဿန္တိ၊ မစ္စုဓေယ္ယံ သုဒုတ္တရံ။

ကဏ္ဌံ ဓမ္မံ ဝိပ္ပဟာယ၊ သုက္ကံ ဘာဝေထ ပဏ္ဍိတော။
သြကာ အနောကမာဂမ္မ၊ ဝိဝေကေ ယတ္ထ ဒူရမံ။

တတြာဘိရတိမိစ္ဆေယျ၊ ဟိတ္ဝာ ကာမေ အကိဉ္စနော။
ပရိယောဒပေယျ အတ္တာနံ၊ စိတ္တက္လေသေဟိ ပဏ္ဍိတော။

ယေသံ သမ္ဗောဓိယင်္ဂေသု၊ သမ္မာ စိတ္တံ သုဘာဝိတံ။
အာဒါနပဋိနိဿဂ္ဂေ၊ အနုပါဒါယ ယေ ရတာ။
ခီဏာသဝါ ဇုတိမန္တော၊ တေ လောကေ ပရိနိဗ္ဗုတာ။

လူအပေါင်းတို့တွင် ထိုမှာဖက်စွန်း နိဗ္ဗာန်ကျွန်းသို့ ကူးမြောက်သော လူတို့သည် နည်းပါးကုန်၏၊ နိဗ္ဗာန်ကူးမြောက်သူမှတစ်ပါး ကြွင်းလူများသည် (သက္ကာယဒိဋ္ဌိတည်းဟူသော)ဤမှာဖက်ကမ်း၌သာလျှင် ခေါက်တုံ့ခေါက်ပြန် ပြေးသွားနေ၏။

ကောင်းစွာဟောအပ်သောတရားတို့ကို တရားအားလျော်စွာ ကျင့်ကြံကုန်သောသူတို့သည် ကူး မြောက်နိုင်ခဲသော သေမင်းနေရာ သံသရာကို(ကူးမြောက်၍) နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသောကမ်းတစ်ဖက်သို့ ရောက်ကုန် လတ္တံ့။

ပညာရှိသည် မည်းညစ်သော (အကုသိုလ်) တရားကို ပယ်စွန့်၍ တဏှာတည်းဟူသော တည်ရာမှ (ထွက်ကာ) တဏှာကင်းရာနိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုလျက် ဖြူစင်သောကုသိုလ်ကို ပွားများရာ၏။

ပညာရှိသည် ကာမတို့ကိုစွန့်၍ စိုးရိမ်ခြင်းမရှိဘဲ မွေ့လျော်နိုင်ခဲသော ဝိဝေကသုံးပါး၌ အလွန်မွေ့လျော်ခြင်းကို အလိုရှိရာ၏၊ စိတ်ညစ်ညူးကြောင်း နီဝရဏတို့မှ မိမိကိုယ်ကို ဖြူစင်စေရာ၏။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဗောဇ္ဈင်တရားတို့၌စိတ်ကို ကောင်းစွာပွားများအပ်၏၊ မစွဲလမ်းမူ၍ ဥပါဒါန်ကို စွန့်လွှတ်ရာ (နိဗ္ဗာန်)၌မွေ့လျော်ကုန်၏၊ လောက၌ အာသဝေါကုန်ပြီးသော တန်ခိုးကြီးကုန်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် (နိဗ္ဗာန်ဓာတ်ဖြင့်) ငြိမ်းကုန်၏။

85-89*

VII : Arahantavaggo
Arahants

In one who
has gone the full distance,
is free from sorrow,
is everywhere
fully released,
has abandoned all bonds:
No fever is found.

Gataddhino visokassa vippamuttassa sabbadhi,
sabbaganthappahīnassa, pariḷāho na vijjati.

ဂတဒ္ဓိနော ဝိသောကဿ၊ ဝိပ္ပမုတ္တဿ သဗ္ဗဓိ။
သဗ္ဗဂန္ထပ္ပဟီနဿ၊ ပရိဠာဟော န ဝိဇ္ဇတိ။

စိုးရိမ်ကင်းသော အလုံးစုံသော (ခန္ဓာစသည့်)တရားတို့မှ လွတ်မြောက်သော အလုံးစုံ အထုံးအဖွဲ့ကို ပယ်ပြီးသော သံသရာ ခရီးသွားပြီးသော (ရဟန္တာ) ပုဂ္ဂိုလ်အား ပူပန်မှု မရှိတော့ချေ။

90

The mindful keep active,
don't delight in settling back.
They renounce every home,
every home,
like swans taking off from a lake.

Uyyuñjanti satīmanto na nikete ramanti te,
haṁsā va pallalaṁ hitvā, okam-okaṁ jahanti te.

ဥယ္ယုဉ္ဇန္တိ သတီမန္တော၊ န နိကေတေ ရမန္တိ တေ။

ဟံသာဝ ပလ၁လံ ဟိတ္တာ၊ ဩကမောကံ ဧဟန္တိ တေ။

သတိရှိသောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် (စျာန်ဝိပဿနာတို့၌) လုံ့လပြုကြကုန်၏၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တည်ရာ ကာမဂုဏ်၌ မမွေ့လျော်ကြကုန်၊ ဟင်္သာငှက်တို့သည် (ကျက်စားရာ) ရွှံ့ညွန်အိုင်ကို စွန့်ခွာလျက် ပျံသွားသကဲ့သို့ မှီရာ တဏှာ ဟူသမျှကို စွန့်၍သွားကုန်၏။

91

Not hoarding,
having comprehended food,
their pasture—emptiness
& freedom without sign:
their course,
like that of birds through space,
can't be traced.

Effluents ended,
independent of nutriment,
their pasture—emptiness
& freedom without sign:
their trail,
like that of birds through space,
can't be traced.

Yesaṁ sannicayo natthi, ye pariññātabhojanā,
suññato animitto ca vimokkho yesa' gocaro,
ākāse va sakuntānaṁ, gati tesaṁ durannayā.

Yassāsavā parikkhīṇā, āhāre ca anissito,
suññato animitto ca vimokkho yassa gocaro,
ākāse va sakuntānaṁ, padaṁ tassa durannayaṁ.

ယေသံ သန္နိစယော နတ္ထိ၊ ယေ ပရိညာတဘောဇနာ။
သုညတော အနိမိတ္တော စ၊ ဝိမောက္ခော ယေသံ ဂေါစရော။
အာကာသေဝ သကုန္တာနံ၊ ဂတိ တေသံ ဒုရန္နယာ။

ယဿာသဝါ ပရိက္ခီဏာ၊ အာဟာရေ စ အနိဿိတော။
သုညတော အနိမိတ္တော စ၊ ဝိမောက္ခော ယဿ ဂေါစရော။
အာကာသေဝ သကုန္တာနံ၊ ပဒံ တဿ ဒုရန္နယံ။

အကြင်ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့အား သိုမှီးသိမ်းဆည်းခြင်းသည်မရှိ၊ အကြင်ရဟန္တာတို့သည် ပရိညာဉ်သုံးပါးဖြင့် ပိုင်းခြားလျက် ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို သုံးဆောင်ကုန်၏၊ ရာဂစသည် ကင်းစိတ်လျက် ရာဂစသော နိမိတ်မရှိသော

နိဗ္ဗာန်သည် အကြင်ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏ ကျက်စားရာအာရုံ ဖြစ်၏၊ ကောင်းကင်၌ ငှက်တို့၏သွားရာလမ်းကြောင်းကို သိနိုင်ခဲသကဲ့သို့ ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သွားရာကို သိနိုင်ခဲ၏။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား အာသဝေါကုန်ခန်း၏၊ အစာအဟာရ၌လည်း (တဏှာဒိဋ္ဌိဖြင့်) စွဲမှီခြင်း မရှိ၊ ရာဂစသည် ဆိတ်သုန်းသော ရာဂစသော နိမိတ်မရှိသော နိဗ္ဗာန်သည် အကြင်ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်၏ ကျက်စားရာအာရုံဖြစ်၏၊ ကောင်းကင်၌ငှက်တို့၏ ခြေရာကို မသိနိုင်သကဲ့သို့ ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏ ခြေရာဟူသောလမ်းကြောင်းကို မသိနိုင်။

92-93*

He whose senses are steadied
like stallions
well-trained by the charioteer,
his conceit abandoned,
free of effluent,
Such:
even devas adore him.

Like the earth, he doesn't react—
cultured,
Such,
like Indra's pillar,
like a lake free of mud.
For him
—Such—
there's no traveling on.

Calm is his mind,
calm his speech
& his deed:
one who's released through right knowing,
pacified,
Such.

Yassindriyāni samathaṁ gatāni,
assā yathā sārathinā sudantā,
pahīnamānassa anāsavassa –
devā pi tassa pihayanti tādino.

Paṭhavisamo no virujjhati,
indakhīlūpamo tādi subbato,
rahado va apetakaddamo –
saṁsārā na bhavanti tādino.

Santaṁ tassa manaṁ hoti, santā vācā ca kamma' ca,
sammad-aññāvimuttassa, upasantassa tādino.

ယသိန္ဒြိယာနိ သမထင်္ဂတာနိ၊ အဿာ ယထာ သာရထိနာ သုဒန္တာ။
ပဟီနမာနဿ အနာသဝဿ၊ ဒေဝါပိ တဿ ပိဟယန္တိ တာဒိနော။

ပထဝိသမော နော ဝိရုဇ္ဈတိ၊ ဂ္ဃန္ဒဓိလုပမော တာဒိ သုဗ္ဘတော။
ရဟဒေါဝ အပေတကဒ္ဒမော၊ သံသာရာ န ဘဝန္တိ တာဒိနော။

သန္တံ တဿ မနံ ဟောတိ၊ သန္တာ ဝါစာ စ ကမ္မ စ။
သမ္မဒညာ ဝိမုတ္တဿ၊ ဥပသန္တဿ တာဒိနော။

ရထားထိန်း ကောင်းစွာဆုံးမပြီးသောမြင်းတို့သည် ငြိမ်သက်တည်ကြည်ကုန်သကဲ့သို့ အကြင် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏ ဣန္ဒြေ(ခြောက်ပါး)တို့သည် ငြိမ်သက် တည်ကြည်ခြင်းသို့ ရောက်ကုန်၏၊ မာနကိုပယ်ပြီးသော အာသဝေါမရှိသော တာဒိဂုဏ်နှင့်ပြည့်စုံသော ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်အား နတ်တို့သည်လည်း ချစ်မြတ်နိုးကုန်၏။

တာဒိဂုဏ်နှင့်ပြည့်စုံသော ကောင်းသောအကျင့်ရှိသော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် မြေကြီးကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ တံခါးတိုင်ကဲ့သို့ လည်းကောင်း (သည်းခံသောစိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍) အမျက်ဒေါသဖြင့် ဆန့်ကျင်မှုမပြု၊ ရှုံ့ညှိုန်ကင်း သောရေအိုင်ကဲ့သို့ တာဒိဂုဏ်ရှင် ရဟန္တာသခင်အား ကျင်လည်ခြင်းတို့သည် မဖြစ်ကုန်။

အကြောင်းအားလျော်စွာ တရားကိုသိ၍ ကိလေသာမလွတ်သော ငြိမ်သက်သော ဖောက်ပြန်ခြင်းသဘောမရှိသော ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်သည်လည်းငြိမ်သက်၏၊ နှုတ်အမူအရာသည် လည်းကောင်း၊ ကိုယ်အမူအရာသည် လည်းကောင်း ငြိမ်သက်၏။

94-96*

The man
faithless / beyond conviction
ungrateful / knowing the Unmade
a burglar / who has severed connections
who's destroyed
his chances / conditions
who eats vomit: / has disgorged expectations:
the ultimate person.

Assaddho akataññū ca sandhicchedo ca yo naro,
hatāvakāso vantāso, sa ve uttamaporiso.

အဿဒ္ဓေါ အကတညူ စ၊ သန္ဓိစ္ဆေဒေါ စ ယော နရော။
ဟတာဝကာသော ဝန္တာသော၊ သ ဝေ ဥတ္တမပေါရိသော။

အကြင်သူသည် သူပြောစကားဖြင့်သာ ယုံကြည်သူမဟုတ်၊ နိဗ္ဗာန်ကို ကိုယ်တိုင်သိသူလည်းဖြစ်၏၊ ဝဋ်သုံးပါး၏အစပ်ကို ဖြတ်တောက်ပြီးသူလည်းဖြစ်၏၊ ကုသိုလ်အကုသိုလ်၏ အကျိုးပေးခွင့်ကို သတ်ဖြတ်ပြီးသူလည်းဖြစ်၏၊ အလုံးစုံသောတဏှာကို ထွေးအန်ပြီးသူလည်း ဖြစ်၏၊ ထိုသူသည်သာ စင်စစ် ယောကျ်ားမြတ်ဖြစ်၏။

97*

In village or wilds,
valley, plateau:
that place is delightful
where arahants dwell.

Gāme vā yadi vāraññe, ninne vā yadi vā thale,
yattharahanto viharanti, taṁ bhūmiṁ rāmaṇeyyakaṁ.

ဂါမေ ဝါ ယဒိ ဝါရညေ၊ နိန္နေ ဝါ ယဒိ ဝါ ထလေ။
ယတ္ထ အရဟန္တော ဝိဟရန္တိ၊ တံ ဘူမိရာမဏေယျကံ။

ရွာ၌ဖြစ်စေ၊ တော၌ဖြစ်စေ၊ နိမ့်ရာ၌ဖြစ်စေ၊ ကုန်းမြင့်၌ဖြစ်စေ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် နေကုန်၏၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့နေရာ မြေအရပ်သည် မွေ့လျော်ဖွယ်ရှိ၏။

98

Delightful wilds
where the crowds don't delight,
those free from passion
delight,
for they're not searching
for sensual pleasures.

Ramaṇīyāni araññāni yattha na ramatī jano,
vītarāgā ramissanti, na te kāmagavesino.

ရမဏီယာနိ အရညာနိ၊ ယတ္ထ န ရမတီ ဇနော။
ဝီတရာဂါ ရမိဿန္တိ၊ န တေ ကာမဂဝေသိနော။

တောတို့သည် မွေ့လျော်ဖွယ် ရှိကုန်၏၊ ယင်းတောတို့၌ ကာမရာမှီးသူ လူအပေါင်းသည်ကား မမွေ့လျော်နိုင်၊ ရာဂကင်းသောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်သာ မွေ့လျော်ကုန်လတ္တံ့၊ ထိုရာဂကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကာမကို မရှာမှီးကြကုန်။

99

VIII : Sahassavaggo
Thousands

Better
than if there were thousands
of meaningless words is
one
meaningful
word
that on hearing
brings peace.

Better
than if there were thousands
of meaningless verses is
one
meaningful
line of verse
that on hearing
brings peace.

And better than chanting hundreds
of meaningless verses is
one
Dhamma-saying
that on hearing
brings peace.

Sahassam-api ce vācā anatthapadasaṁhitā,
ekaṁ atthapadaṁ seyyo yaṁ sutvā upasammati.

Sahassam-api ce gāthā anatthapadasaṁhitā,
ekaṁ gāthāpadaṁ seyyo yaṁ sutvā upasammati.

Yo ce gāthāsataṁ bhāse anatthapadasaṁhitā,

ekaṁ Dhammapadaṁ seyyo, yaṁ sutvā upasammati.

သဟဿမပိ စေ ဝါစာ၊ အနတ္ထပဒသံဟိတာ။
ဧကံ အတ္ထပဒံ သေယျော၊ ယံ သုတ္ဝာ ဥပသမ္မတိ။

သဟဿမပိ စေ ဂါထာ၊ အနတ္ထပဒသံဟိတာ။
ဧကံ ဂါထာပဒံ သေယျော၊ ယံ သုတ္ဝာ ဥပသမ္မတိ။

ယော စ ဂါထာ သတံ ဘာသေ၊ အနတ္ထပဒသံဟိတာ။
ဧကံ ဓမ္မပဒံ သေယျော၊ ယံ သုတ္ဝာ ဥပသမ္မတိ။

တောဖွဲ့တောင်ဖွဲ့ အကျိုးမဲ့ပုဒ်နှင့်သာဆိုင်သော စကားသည် အခွန်းတစ်ထောင်ရှိစေကာမူ မမြတ်၊ ကြားနာရသဖြင့် ရာဂစသည် ငြိမ်းအေးကြောင်းဖြစ်၍ အကျိုးရှိသော တကြောင်း တစ်ပုဒ် တဂါထာသည်သာ ပိုလွန်၍ မြတ်၏။

အကျိုးမဲ့ပုဒ်နှင့်ဆိုင်သော ဂါထာသည်တစ်ထောင်ပင် ဖြစ်စေကာမူ မမြတ်၊ ကြားနာရသဖြင့် ရာဂစသည် ငြိမ်းအေးကြောင်းဖြစ်သော ဂါထာ တစ်ဂါထာသည်သာ ပိုလွန်၍မြတ်၏။

အကျိုးမဲ့ပုဒ်နှင့်ဆိုင်သော ဂါထာတစ်ရာကို ရွတ်ဆိုစေကာမူ မမြတ်၊ ကြားနာရသဖြင့် ရာဂစသည် ငြိမ်းအေးကြောင်းဖြစ်သော တရားတစ်ပုဒ်ကို ရွတ်ဆိုခြင်းသည်သာ ပိုလွန်၍မြတ်၏။

100-102*

Greater in battle
than the man who would conquer
a thousand-thousand men,
is he who would conquer
just one—
himself.

Better to conquer yourself
than others.
When you've trained yourself,
living in constant self-control,
neither a deva nor gandhabba,
nor a Mara banded with Brahmas,
could turn that triumph
back into defeat.

Yo sahassaṁ sahassena saṅgāme mānuse jine,
ekañ-ca jeyya attānaṁ, sa ve saṅgāmajuttamo.

Attā have jitaṁ seyyo yā cāyaṁ itarā pajā,

attadantassa posassa, niccaṁ saññatacārino,
neva devo na gandhabbo, na Māro saha Brahmunā,
jitaṁ apajitaṁ kayirā tathārūpassa jantuno.

ယော သဟဿံ သဟဿေန၊ သင်္ဂါမေ မာနုသေ ဇိနေ။
ဧကဉ္စ ဧယျမတ္တာနံ၊ သ ဝေ သင်္ဂါမဇုတ္တမော။

အတ္တာ ဟေဝ ဇိတံ သေယ္ယော၊ ယာ စာယံ ကိတရာ ပဇာ။
အတ္တဒန္တဿ ပေါသဿ၊ နိစ္စံ သညတစာရိနော။
နေဝ ဒေဝေါ န ဂန္ဓဗ္ဗော၊ န မာရော သဟ ဗြဟ္မုနာ။
ဇိတံ အပဇိတံ ကယိရာ၊ တထာရူပဿ ဇန္တုနော။

အကြင် စစ်သူရဲတစ်ယောက် စစ်မြေပြင်၌ စစ်သည် ဗိုလ်ပါတို့ကို အကြိမ်တစ်သန်း အောင်နိုင်ရာ၏၊
အကြင်သူရဲကောင်းတစ်ယောက်သည်ကား ကိုယ်တွင်းကိလေသာကို တစ်ကြိမ် တစ်ခါမျှ အောင်နိုင်ရာ၏၊
ကိုယ်တွင်း ကိလေသာကို တစ်ကြိမ်အောင်နိုင်သော ထိုသူသည်သာ စစ်အောင်သူတို့တွင် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

ကိုယ်တွင်းကိလေသာတို့ကိုနိုင်ခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ်ကို အောင်နိုင်ခြင်းသည်မြတ်၏၊ လောင်းတန်းကစားခြင်း
စစ်တိုက်ခြင်းစသည်ဖြင့် သူတစ်ပါးကို အောင်နိုင်ခြင်းသည်မမြတ်၊ မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမပြီးသော၊ ကိုယ် နှုတ် နှလုံး
သုံးပါးလုံးကို အမြဲစောင့်စည်းလေ့ရှိသော၊ ထိုသို့ သဘောရှိသော၊ သတ္တဝါ တို့၏အောင်ခြင်းကို
နတ်သည်လည်းကောင်း၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်သည် လည်းကောင်း၊ ဗြဟ္မာနှင့် တကွသော မာရ်နတ်သည်လည်းကောင်း
ရှုံးအောင်မပြုနိုင်ရာ။

103-105

You could, month by month,
at a cost of thousands,
conduct sacrifices
a hundred times,
or
pay a single moment's homage
to one person,
self-cultivated.
Better than a hundred years of sacrifices
would that act of homage be.

You could, for a hundred years,
live in a forest
tending a fire,
or
pay a single moment's homage
to one person,

self-cultivated.
Better than a hundred years of sacrifices
would that act of homage be.

Everything offered
or sacrificed in the world
for an entire year by one seeking merit
doesn't come to a fourth.
Better to pay respect
to those who've gone
the straight way.

Māse māse sahassena yo yajetha sataṁ samaṁ;
ekañ-ca bhāvitattānaṁ muhuttam-api pūjaye –
sā yeva pūjanā seyyo yañ-ce vassasataṁ hutaṁ.

Yo ca vassasataṁ jantu aggiṁ paricare vane;
ekañ-ca bhāvitattānaṁ muhuttam-api pūjaye –
sā yeva pūjanā seyyo yañ-ce vassasataṁ hutaṁ.

Yaṁ kiñci yiṭṭhaṁ ca hutaṁ ca loke
saṁvaccharaṁ yajetha puññapekkho,
sabbam-pi taṁ na catubhāgam-eti –
abhivādanā ujjugatesu seyyo.

မာသေ မာသေ သဟဿေန၊ ယော ယဇေထ သတံ သမံ။
ဧကဉ္စ ဘာဝိတတ္တာနံ၊ မုဟုတ္တမပိ ပူဇယေ။
သာယေဝ ပူဇနာ သေယ္ယော၊ ယဉ္စ ဝဿသတံ ဟုတံ။

ယော စ ဝဿသတံ ဇန္တု၊ အဂ္ဂိံ ပရိစရေ ဝနေ။
ဧကဉ္စ ဘာဝိတတ္တာနံ၊ မုဟုတ္တမပိ ပူဇယေ။
သာယေဝ ပူဇနာ သေယ္ယော၊ ယဉ္စ ဝဿသတံ ဟုတံ။

ယံကိဉ္စိ ယိဋ္ဌံ ဝ ဟုတံ ဝ လောကေ၊ သံဝစ္ဆရံ ယဇေထ ပုညပေက္ခော။
သဗ္ဗမ္ပိ တံ နဘုဘာဂမေတိ၊ အဘိဝါဒနာ ဥဇ္ဇုဂတေသု သေယ္ယော။

အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး လတိုင်းလတိုင်း(တက္ကတွန်းတို့အား)ငွေတစ်ထောင်အကုန်ခံ၍ ပူဇော်ရာ၏၊ ဝိပဿနာ ပွားသောစိတ်ရှိသော ရဟန်းတို့အား တစ်ကြိမ်တစ်ခဏမျှ ပူဇော်ရာ၏၊ ထိုပူဇော်ခြင်းနှစ်မျိုးတို့တွင် ဝိပဿနာ ပွားများသောရဟန်းတို့အား တစ်ခဏမျှ ပူဇော်ခြင်းသည်သာ မြတ်၏၊ တက္ကတွန်းတို့အား အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး ပူဇော်ခြင်းသည် မမြတ်။

အကြင်သူသည် အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး တောဠီမီးကို လုပ်ကျွေးပူဇော်ရာ၏၊ အကြင်သူသည်ကား ဝိပဿနာပွားများသောစိတ်ရှိသော ရဟန်းတို့အား တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ ပူဇော်ရာ၏၊ ထိုသူတို့၏ ပူဇော်ခြင်း နှစ်မျိုးတို့တွင် ထိုဝိ ပဿနာပွားများသော ရဟန်းတို့အား တစ်ခဏမျှ ပူဇော်ခြင်းသည်သာမြတ်၏၊ အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး ပူဇော်ခြင်းသည် မမြတ်။

လောကဠ္ဍကောင်းမှုကို လိုလားငဲ့ကွက်သောသူသည် ယဇ်ကြီးပူဇော်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ယဇ်ငယ်ပူဇော်ခြင်းကိုလည်းကောင်း တစ်နှစ်ပတ်လုံး ပူဇော်ရာ၏၊ ထိုပူဇော်ခြင်း အလုံးစုံသည် ဖြောင့်မတ်စွာကျင့်သော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ရှိခိုးခြင်းစေတနာ၏ လေးဖို့တစ်ဖို့ကိုမျှ မမှီ၊ အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ ရှိခိုးခြင်း စေတနာသည်သာ မြတ်၏။

106-108*

If you're respectful by habit,
constantly honoring the worthy,
four things increase:
long life, beauty,
happiness, strength.

Abhivādanasīlissa niccaṁ vaddhāpacāyino,
cattāro dhammā vaḍḍhanti: āyu vaṇṇo sukhaṁ balaṁ.

အဘိဝါဒနသီလိသ၊ နိစ္စံ ဝုမ္ဟာပစာယိနော။
စတ္တာရော ဓမ္မာ ဝမ္ဟန္တိ၊ အာယု ဝဏ္ဏော သုခံ ဗလံ။

အမြဲရှိခိုးလေ့ရှိ၍ မိမိထက် ဂုဏ်အသက်သိက္ခာအားဖြင့် ကြီးသောသူတို့၌ အရိုအသေ ပြုလေ့ရှိသူအား အသက်ရှည်ခြင်း အဆင်းလှခြင်း ချမ်းသာခြင်း ခွန်အားကြီးခြင်းဟူသော ဤ အကျိုးထူးတရား လေးပါးတို့သည် တိုးပွားကုန်၏။

109

Better than a hundred years
lived without virtue, uncentered, is
one day
lived by a virtuous person
absorbed in jhana.

And better than a hundred years
lived undiscerning, uncentered, is
one day
lived by a discerning person
absorbed in jhana.

And better than a hundred years
lived apathetic & unenergetic, is
one day
lived energetic & firm.

And better than a hundred years
lived without seeing
arising & passing away, is
one day
lived seeing
arising & passing away.

And better than a hundred years
lived without seeing
the Deathless state, is
one day
lived seeing
the Deathless state.

And better than a hundred years
lived without seeing
the ultimate Dhamma, is
one day
lived seeing
the ultimate Dhamma.

Yo ca vassasataṁ jīve, dussīlo asamāhito,
ekāhaṁ jīvitaṁ seyyo, sīlavantassa jhāyino.

Yo ca vassasataṁ jīve, duppañño asamāhito,
ekāhaṁ jīvitaṁ seyyo, paññavantassa jhāyino.

Yo ca vassasataṁ jīve, kusīto hīnavīriyo,
ekāhaṁ jīvitaṁ seyyo, viriyam-ārabhato daḷhaṁ.

Yo ca vassasataṁ jīve apassaṁ udayabbayaṁ,
ekāhaṁ jīvitaṁ seyyo passato udayabbayaṁ.

Yo ca vassasataṁ jīve apassaṁ amataṁ padaṁ,
ekāhaṁ jīvitaṁ seyyo passato amataṁ padaṁ.

Yo ca vassasataṁ jīve apassaṁ dhammam-uttamaṁ,
ekāhaṁ jīvitaṁ seyyo passato dhammam-uttamaṁ.

ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ ဒုဿီလော အသမာဟိတော။
ဧကာဟံ ဇီဝိတံ သေယ္ယော၊ သီလဝန္တဿ ဈာယိနော။

ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ ဒုပ္ပညော အသမာဟိတော။
ဧကာဟံ ဇီဝိတံ သေယ္ယော၊ ပုညဝန္တသ ဈာယိနော။

ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ ကုသီတော ဟီနဝီရိယော။
ဧကာဟံ ဇီဝိတံ သေယ္ယော၊ ဝီရိယမာရဘတော ဒဠှံ။

ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ။
ဧကာဟံ ဇီဝိတံ သေယ္ယော၊ ပဿတော ဥဒယဗ္ဗယံ။

ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ အပဿံ အမတံ ပဒံ။
ဧကာဟံ ဇီဝိတံ သေယ္ယော၊ ပဿတော အမတံ ပဒံ။

ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ အပဿံ ဓမ္မမုတ္တမံ။
ဧကာဟံ ဇီဝိတံ သေယ္ယော၊ ပဿတော ဓမ္မမုတ္တမံ။

သီလမရှိ သမာဓိမရှိဘဲ အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး အသက်ရှည်နေရခြင်းထက် သီလရှိ၍ သမထဝိပဿနာကို ရှုနေသောသူ၏ တစ်ရက်မျှ အသက်ရှည်ရခြင်းသည် မြတ်၏။

ပညာမရှိ သမာဓိမရှိဘဲ အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး အသက်ရှည်နေရခြင်းထက် တရားပညာရှိ၍ သမထ ဝိပ ဿနာကို ရှုသောပုဂ္ဂိုလ်၏ တစ်ရက်မျှအသက်ရှည်ရခြင်းသည် မြတ်၏။

ပျင်းရိသည်ဖြစ်၍ ဝီရိယမရှိဘဲ အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး အသက်ရှည်နေရခြင်းထက် ဝီရိယကို မြဲမြံစွာ အားထုတ်သောသူ၏ တစ်ရက်မျှ အသက်ရှည်ရခြင်းသည် မြတ်၏။

ခန္ဓာငါးပါးတို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို မရှုမမြင်ဘဲ အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး အသက်ရှည် နေရခြင်းထက် ခန္ဓာငါးပါးတို့၏အဖြစ်အပျက်ကို မပြတ်ရှုမြင်သောပုဂ္ဂိုလ်၏ တစ်ရက်မျှ အသက်ရှည်ရခြင်းသည် မြတ်၏။

သေခြင်းကင်းသောနိဗ္ဗာန်ကိုမမြင်ဘဲ အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး အသက်ရှည်နေရခြင်းထက် သေခြင်း ကင်းသောနိဗ္ဗာန်ကို မြင်သောပုဂ္ဂိုလ်၏ တစ်ရက်မျှ အသက်ရှည်ရခြင်းသည် မြတ်၏။

မြတ်သောလောကုတ္တရာတရားကိုမမြင်ဘဲ အနှစ်တစ်ရာပတ်လုံး အသက်ရှည်နေရခြင်းထက်မြတ်သော လောကုတ္တရာတရားကို မြင်သောပုဂ္ဂိုလ်၏ တစ်ရက်မျှအသက်ရှည်ရခြင်းသည်မြတ်၏။

110-115

IX : Pāpavaggo
Evil

Be quick in doing
what's admirable.
Restrain your mind
from what's evil.
When you're slow
in making merit,
evil delights the mind.

Abhittharetha kalyāṇe, pāpā cittaṁ nivāraye,
dandhaṁ hi karato puññaṁ pāpasmiṁ ramatī mano.

အဘိတ္ထရေထ ကလ္လာဏေ၊ ပါပါ စိတ္တံ နိဝါရယေ။
ဒန္ဓံ ဟိ ကရောတော ပုညံ၊ ပါပသ္မိံ ရမတီ မနော။

မကောင်းမှုဌ္ဌစိတ်သည် မွေ့လျော်တတ်၍ ကောင်းမှုပြုသောအခါ နုံနွေးတတ်ရကား မကောင်းမှုမှ
စိတ်ကိုတားမြစ်၍ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို လျင်မြန်ဆောစွာ ပြုလုပ်ရာ၏။

116

If a person does evil,
he shouldn't do it again & again,
shouldn't develop a penchant for it.
To accumulate evil
brings pain.

If a person makes merit,
he should do it again & again,
should develop a penchant for it.
To accumulate merit
brings ease.

Pāpañ-ce puriso kayirā, na taṁ kayirā punappunaṁ,
na tamhi chandaṁ kayirātha, dukkho pāpassa uccayo.

Puññañ-ce puriso kayirā, kayirāthetaṁ punappunaṁ,
tamhi chandaṁ kayirātha, sukho puññassa uccayo.

ပါပေဉ္စ ပုရိသော ကယိရာ၊ န နံ ကယိရာ ပုနပ္ပုနံ။
န တမ္ဟိ ဆန္ဒံ ကယိရာထ၊ ဒုက္ခော ပါပဿ ဥစ္စယော။

ပုညေဉ္စ ပုရိသော ကယိရာ၊ ကယိရာ နံ ပုနပ္ပုနံ။
တမ္ဟိ ဆန္ဒံ ကယိရာထ၊ သုခေါ ပုညဿ ဥစ္စယော။

ပုဂ္ဂိုလ်သည် မကောင်းမှု ပြုမိစေကာမူ ထိုမကောင်းမှုကို ထပ်ကာထပ်ကာ မပြုမိစေရာ၊ ထိုမကောင်းမှု၌ စိတ်အလိုဆန္ဒကိုမပြုရာ၊ မကောင်းမှုကိုပွားစေခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏ အကြောင်းတည်း။

ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကောင်းမှုကိုပြုပြီးသော်လည်း ထိုကောင်းမှုကို ထပ်ကာထပ်ကာပြုရာ၏၊ ထိုကောင်းမှု၌ စိတ်အလိုဆန္ဒကို ပြုရာ၏၊ ကောင်းမှုကို ပွားစေခြင်းသည် ချမ်းသာခြင်း၏ အကြောင်းတည်း။

117-118

Even the evil
meet with good fortune
as long as their evil
has yet to mature.
But when it's matured
that's when they meet
with evil.

Even the good
meet with bad fortune
as long as their good
has yet to mature.
But when it's matured
that's when they meet
with good fortune.

Pāpo pi passati bhadraṁ yāva pāpaṁ na paccati,
yadā ca paccati pāpaṁ atha pāpo pāpāni passati.

Bhadro pi passati pāpaṁ yāva bhadraṁ na paccati,
yadā ca paccati bhadraṁ atha bhadro bhadrāni passati.

ပါပေါပိ ပဿတိ ဘဒ္ဒံ၊ ယာဝ ပါပံ န ပစ္စတိ။

ယဒါ စ ပစ္စတိ ပါပံ၊ အထ ပါပေါ ပါပါနိ ပဿတိ။

ဘဒြောပိ ပဿတိ ပါပံ၊ ယာဝ ဘဒြံ် န ပစ္စတိ။
ယဒါ စ ပစ္စတိ ဘဒြံ်၊ အထ ဘဒြော ဘဒြာနိ ပဿတိ။

မကောင်းမှုပြုသောသူပင် ဖြစ်သော်လည်း မကောင်းမှု အကျိုးမပေးသေးသရွေ့ ကာလပတ်လုံး
ကောင်းမြတ်သောအာရုံကို တွေ့မြင်နိုင်သေး၏၊ မကောင်းမှုအကျိုးပေးသော အခါ၌မူကား
မကောင်းမှုပြုသူသည် မကောင်းကျိုးတို့ကိုသာ တွေ့မြင်ရတော့၏။

ကောင်းမှုပြုသောသူပင် ဖြစ်သော်လည်း ကောင်းမှုအကျိုး မပေးသေးသရွေ့ ကာလပတ်လုံး
မကောင်းသောအာရုံကို တွေ့မြင်နိုင်သေး၏၊ ကောင်းမှုအကျိုးပေးသော အခါ၌မူကား ကောင်းမှုပြုသူသည်
ကောင်းကျိုးတို့ကိုသာ တွေ့မြင်ရလေတော့၏။

119-120

Don't underestimate evil
('It won't amount to much').
A water jar fills,
even with water
falling in drops.
With evil—even if
bit
by
bit,
habitually—
the fool fills himself full.

Don't underestimate merit
('It won't amount to much').
A water jar fills,
even with water
falling in drops.
With merit—even if
bit
by
bit,
habitually—
the enlightened one fills himself full.

Māppamaññetha pāpassa: na maṁ taṁ āgamissati,
udabindunipātena udakumbho pi pūrati,
bālo pūrati pāpassa, thokaṁ thokam-pi ācinaṁ.

Māppamaññetha puññassa: na maṁ taṁ āgamissati.
udabindunipātena udakumbho pi pūrati,
dhīro pūrati puññassa, thokathokam-pi ācinaṁ.

မာဝမညေထ ပါပဿ၊ န မန္ဒံ အာဂမိဿတိ။
ဥဒဗိန္ဒုနိပါတေန၊ ဥဒကုမ္ဘောပိ ပူရတိ။
ဗာလော ပူရတိ ပါပဿ၊ ထောကံ ထောကမွိ အာစိနံ။

မာဝမညေထ ပုညဿ၊ န မန္ဒံ အာဂမိဿတိ။
ဥဒဗိန္ဒုနိပါတေန၊ ဥဒကုမ္ဘောပိ ပူရတိ။
ဓီရော ပူရတိ ပုညဿ၊ ထောကံ ထောကမွိ အာစိနံ။

အနည်းငယ်သော မကောင်းမှုသည် ငါ့အားအကျိုးရောက်လိမ့်မည် မဟုတ်ဟု မကောင်းမှု ကို မထီမဲ့မြင် မအောင့်မေ့ရာ၊ မိုးရေပေါက်သည် ကျဖန်များလတ်သော် ရေအိုးသည် ပြည့်သကဲ့သို့ သူမိုက်သည် အနည်းငယ် အနည်းငယ်မျှသော မကောင်းမှုကို ပြုဆည်းပူးဖန်များသော် မကောင်းမှုဖြင့် ပြည့်၏။

အနည်းငယ်သောကောင်းမှုသည် ငါ့အားအကျိုးရောက်လိမ့်မည် မဟုတ်ဟု ကောင်းမှုကို မထီမဲ့မြင် မအောင့်မေ့ရာ၊ မိုးရေပေါက်သည် ကျဖန်များလတ်သော် ရေအိုးသည် ပြည့်သကဲ့သို့ ပညာရှိသည် အနည်းငယ် အနည်းငယ်မျှသော ကောင်းမှုကို ပြုဆည်းပူးဖန်များလတ်သော် ကောင်းမှုဖြင့် ပြည့်၏။

121-122*

Like a merchant with a small
but well-laden caravan
—a dangerous road,
like a person who loves life
—a poison,
one should avoid
—evil deeds.

Vāṇijo va bhayaṁ maggaṁ, appasattho mahaddhano,
visaṁ jīvitukāmo va, pāpāni parivajjaye.

ဝါဏိဇော ဘယံ မဂ္ဂံ၊ အပ္ပသတ္ထော မဟဒ္ဓနော။
ဝိသံ ဇီဝိတုကာမော ဝ၊ ပါပါနိ ပရိဝဇ္ဇယေ။

အဖော်နည်းသော များသောဥစ္စာရှိသောကုန်သည်ကြီးသည် ဘေးအန္တရာယ်များသော ခရီးကို ရှောင်ကြဉ်သကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ အသက်ရှင်လိုသောသူသည် လတ်တလော သေစေတတ်သောအဆိပ်ကို ရှောင်ကြဉ်သကဲ့သို့လည်းကောင်း ပညာရှိသည် မကောင်းမှုကို ရှောင်ကြဉ်ရာ၏။

123

If there's no wound on the hand,
that hand can hold poison.
Poison won't penetrate
        where there's no wound.
There's no evil
        for those who don't do it.

Pāṇimhi ce vaṇo nāssa hareyya pāṇinā visaṁ,
nābbaṇaṁ visam-anveti, natthi pāpaṁ akubbato.

ပါဏိမှိ စေ ဝဏော နာသ၊ ဟရေယျ ပါဏိနာ ဝိသံ။
နာဗ္ဗဏံ ဝိသမန္ဝေတိ၊ နတ္ထိ ပါပံ အကုဗ္ဗတော။

လက်၌အနာမရှိလျှင် လက်ဖြင့်အဆိပ်ကို ကိုင်ဆောင်နိုင်၏၊ အဆိပ်သည် အနာမရှိသော လက်သို့ အစဉ် မလိုက်၊ စေတနာမရှိဘဲ ပြုသောသူအား မကောင်းမှုကံမည်သည် မရှိ။

124

Whoever harasses
an innocent man,
        a man pure, without blemish:
the evil comes right back to the fool
like fine dust
        thrown against the wind.

So appaduṭṭhassa narassa dussati,
suddhassa posassa anaṅgaṇassa,
tam-eva bālaṁ pacceti pāpaṁ,
sukhumo rajo paṭivātaṁ va khitto.

ယော အပ္ပဒုဋ္ဌဿ နရဿ ဒုဿတိ၊ သုဒ္ဓဿ ပေါသဿ အနင်္ဂဏဿ။
တမေဝ ဗာလံ ပစ္စေတိ ပါပံ၊ သုခုမော ရဇော ပဋိဝါတံဝ ခိတ္တော။

အကြင်သူမိုက်သည် မပြစ်မှားထိုက်သော စင်ကြယ်၍ ကိလေသာကင်းသော ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်အား ပြစ်မှား၏၊ လေညာသို့ပစ်လွှင့်အပ်သော သိမ်မွေ့သောမြူမှုန်သည် ထိုပစ်လွှင့်သူသို့သာ ပြန်ကျသကဲ့သို့ မကောင်းမှုသည် ထိုသူမိုက်သို့သာ ရှေးရှုပြန်ကျလာ၏။

125

Some are born in the human womb,
evildoers in hell,

those on the good course go
to heaven,
while those without effluent:
totally unbound.

Gabbham-eke 'papajjanti, nirayaṁ pāpakammino,
saggaṁ sugatino yanti, parinibbanti anāsavā.

ဂဗ္ဘမေကေ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ နိရယံ ပါပကမ္မိနော။
သဂ္ဂံ သုဂတိနော ယန္တိ၊ ပရိနိဗ္ဗန္တိ အနာသဝါ။

အချို့သော သူတို့သည် ဤလူ့ပြည်၌ အမိဝမ်းဝယ် ပဋိသန္ဓေနေရကုန်၏၊ မကောင်းမှု ပြုသူတို့သည် ငရဲ၌ ဖြစ်ရကုန်၏၊ ကောင်းသောပညာရှိတို့သည် နတ်ပြည်သို့ ရောက်ရကုန်၏၊ အာသဝေါကင်းသော ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ပရိနိဗ္ဗာန်စံရကုန်၏။

126*

Not up in the air,
nor in the middle of the sea,
nor going into a cleft in the mountains
—nowhere on earth—
is a spot to be found
where you could stay & escape
your evil deed.

Not up in the air,
nor in the middle of the sea,
nor going into a cleft in the mountains
—nowhere on earth—
is a spot to be found
where you could stay & not succumb
to death.

Na antalikkhe, na samuddamajjhe,
na pabbatānaṁ vivaraṁ pavissa:
na vijjatī so jagatippadeso
yatthaṭṭhito mucceyya pāpakammā.

Na antalikkhe, na samuddamajjhe,
na pabbatānaṁ vivaraṁ pavissa:
na vijjatī so jagatippadeso,
yatthaṭṭhitaṁ nappasahetha maccu.

နံ အန္တလိက္ခေ နံ သမုဒ္ဒမဇ္ဈေ၊ နံ ပဗ္ဗတာနံ ဝိဝရံ ပဝိဿ။
နံ ဝိဇ္ဇုတီ သော ဧဂတိပ္ပဒေသော၊ ယတ္ထဠ္ဍိတော မုစ္စေယျ ပါပကမ္မာ။

နံ အန္တလိက္ခေ နံ သမုဒ္ဒမဇ္ဈေ၊ နံ ပဗ္ဗတာနံ ဝိဝရံ ပဝိဿ။
နံ ဝိဇ္ဇုတီ သော ဧဂတိပ္ပဒေသော၊ ယတ္ထဠ္ဍိတံ နပ္ပသဟေယျ မစ္စု။

မကောင်းမှုပြုသူသည် ကောင်းကင်၌ တည်နေသော် လည်းကောင်း၊ သမုဒ္ဒရာအလယ်၌ တည်နေသော် လည်းကောင်း တောင်ခေါင်းသို့ဝင်၍ တည်နေသော်လည်းကောင်း မကောင်းမှုမှ မလွတ်ရာ၊ အကြင်အရပ်၌ တည်နေသော် မကောင်းမှုမှ လွတ်ရာ၏၊ ထိုအရပ်မျိုးကား မရှိနိုင် သည်သာတည်း။

မကောင်းမှုပြုသူသည် ကောင်းကင်၌ တည်နေသော် လည်းကောင်း၊ သမုဒ္ဒရာအလယ်၌ တည်နေသော် လည်းကောင်း၊ တောင်ခေါင်းသို့ဝင်၍ တည်နေသော်လည်းကောင်း သေမင်းမှမလွတ်ရာ၊ အကြင်အရပ်၌ တည်နေသော် သေမင်းမှမည္သည်းဆဲနိုင်ရာ၊ ထိုအရပ်မျိုးကား မရှိနိုင်သည်သာတည်း။

127-128

X : Daṇḍavaggo
The Rod

All
tremble at the rod,
all
are fearful of death.
Drawing the parallel to
yourself,
neither kill nor get others to kill.

All
tremble at the rod,
all
hold their life dear.
Drawing the parallel to
yourself,
neither kill nor get others to kill.

Sabbe tasanti daṇḍassa, sabbe bhāyanti maccuno,
attānaṁ upamaṁ katvā, na haneyya na ghātaye.

Sabbe tasanti daṇḍassa, sabbesaṁ jīvitaṁ piyaṁ,
attānaṁ upamaṁ katvā, na haneyya na ghātaye.

သဗ္ဗေ တသန္တိ ဒဏ္ဍဿ၊ သဗ္ဗေ ဘာယန္တိ မစ္စုနော။
အတ္တာနံ ဥပမံ ကတ္ဝာ၊ န ဟနေယ္ယ န ဃာတယေ။

သဗ္ဗေ တသန္တိ ဒဏ္ဍဿ၊ သဗ္ဗေသံ ဇီဝိတံ ပိယံ။
အတ္တာနံ ဥပမံ ကတ္ဝာ၊ န ဟနေယ္ယ န ဃာတယေ။

အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့သည် ဒဏ်မှ ထိတ်လန့်ကုန်၏၊ အလုံးစုံသောသတ္တဝါတို့သည် သေခြင်းမှ ကြောက်ကုန်၏၊ မိမိကိုယ်ကို ဥပမာပြု၍ သတ္တဝါတို့ကိုမသတ်ဖြတ် မည်ဉ်းဆဲရာ။

အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့သည် ဒဏ်မှထိတ်လန့်ကုန်၏၊ အလုံးစုံသောသတ္တဝါတို့သည် မိမိတို့၏ အသက်ကိုချစ်၏၊ မိမိကိုယ်ကို ဥပမာပြု၍ သတ္တဝါတို့ကို မသတ်ဖြတ် မည်ဉ်းဆဲရာ။

129-130

Whoever takes a rod
to harm living beings desiring ease,
when he himself is looking for ease,
meets with no ease after death.

Whoever doesn't take a rod
to harm living beings desiring ease,
when he himself is looking for ease,
meets with ease after death.

Sukhakāmāni bhūtāni yo daṇḍena vihiṁsati,
attano sukham-esāno, pecca so na labhate sukhaṁ.

Sukhakāmāni bhūtāni yo daṇḍena na hiṁsati,
attano sukham-esāno, pecca so labhate sukhaṁ.

သုခကာမာနိ ဘူတာနိ၊ ယော ဒဏ္ဍေန ဝိဟိံသတိ။
အတ္တနော သုခမေသာနော၊ ပေစ္စ သော န လဘတေ သုခံ။

သုခကာမာနိ ဘူတာနိ၊ ယော ဒဏ္ဍေန န ဟိံသတိ။
အတ္တနော သုခမေသာနော၊ ပေစ္စ သော လဘတေ သုခံ။

အကြင်သူသည် မိမိ၏ချမ်းသာကိုရှာအံ့ဟု မိမိကဲ့သို့ ချမ်းသာကိုအလိုရှိကုန်သော သတ္တဝါတို့ကို တုတ် လှံ တံဖြင့် ညှဉ်းဆဲ၏၊ ထိုညှဉ်းဆဲသောသူသည် တမလွန်ဘဝ၌ ချမ်းသာကိုမရနိုင်။

အကြင်သူသည် မိမိ၏ချမ်းသာကိုရှာအံ့ဟု မိမိကဲ့သို့ ချမ်းသာကိုအလိုရှိကုန်သော သတ္တဝါ တို့ကို တုတ်လှံတံဖြင့် မည်ဉ်းဆဲ၊ ထိုမည်ဉ်းဆဲသောသူသည် တမလွန်ဘဝ၌ ချမ်းသာကို ရနိုင်၏။

131-132

Speak harshly to no one,
or the words will be thrown
right back at you.
Contentious talk is painful,
for you get struck by rods in return.

If, like a flattened metal pot

you don't resound,
you've attained an Unbinding;
in you there's found
no contention.

Māvoca pharusaṁ kañci, vuttā paṭivadeyyu' taṁ,
dukkhā hi sārambhakathā, paṭidaṇḍā phuseyyu' taṁ.

Sace neresi attānaṁ kaṁso upahato yathā,
esa pattosi Nibbānaṁ, sārambho te na vijjati.

မာဝေါစ ဖရုသံ ကဉ္စိ၊ ဝုတ္တာ ပဋိဝဒေယျု တံ။
ဒုက္ခာ ဟိ သာရမ္ဘကထာ၊ ပဋိဒဏ္ဍာ ဖုသေယျု တံ။

သစေ နေရေသိ အတ္တာနံ၊ ကံသော ဥပဟတော ယထာ။
ဧသ ပတ္တောသိ နိဗ္ဗာနံ၊ သာရမ္ဘော တေ န ဝိဇ္ဇတိ။

တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုမျှ ကြမ်းကြုတ်သောစကားကို မဆိုလင့်၊ အဆိုခံရသူတို့သည် သင့်ကို ပြန်လှန် ဆိုကုန်ရာ၏၊ ခြုတ်ခြယ်သော စကားသည် ဆင်းရဲ၏အကြောင်းတည်း၊ သူတစ်ပါးကို ဒဏ်ပြုက အတုံ့ အလှည့်ဒဏ်တို့သည် သင့်ထံသို့ ရောက်ကုန်ရာ၏။

အနားပြတ်သော ကြေးခေါင်းလောင်းသည် အသံမထွက် ငြိမ်သက်သကဲ့သို့ မိမိကိုယ်ကို ငြိမ်သက် တည်ကြည်အောင် စောင့်ရှောက်နေသောသူသည် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်နိုင်၏၊ ခြုတ်ခြယ်မှုမရှိ။

133-134

As a cowherd with a rod
drives cows to the field,
so aging & death
drive the life
of living beings.

Yathā daṇḍena gopālo gāvo pāceti gocaraṁ,
evaṁ jarā ca maccu ca āyuṁ pācenti pāṇinaṁ.

ယထာ ဒဏ္ဍေန ဂေါပါလော၊ ဂါဝေါ ပါဧေတိ ဂေါစရံ။
ဧဝံ ဇရာ စ မစ္စု စ၊ အာယုံ ပါဧေန္တိ ပါဏိနံ။

နွားကျောင်းသားသည် နှင်တံဖြင့် နွားတို့ကို စားကျက်သို့ မောင်းနှင်သကဲ့သို့ ဤအတူ အိုခြင်းသည် လည်းကောင်း၊ သေခြင်းသည်လည်းကောင်း သတ္တဝါတို့၏ အသက်ကို မောင်းနှင်ကုန်၏။

135

When doing evil deeds,
the fool is oblivious.
The dullard
is tormented
by his own deeds,
as if burned by a fire.

Atha pāpāni kammāni karaṁ bālo na bujjhati,
sehi kammehi dummedho aggidaḍḍho va tappati.

အထ ပါပါနိ ကမ္မာနိ၊ ကရံ ဗာလော န ဗုဇ္ဈတိ။
သေဟိ ကမ္မေဟိ ဒုမ္မေဓော၊ အဂ်ိဍ္ဎေဖုဍ်ဝ တပ္ပတိ။

မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံတို့ကိုပြုသော သူမိုက်သည် ထိုပြုသောအခါ၌မသိ၊ ပညာမဲ့သူသည် ထိုမိမိပြုသော
မကောင်းမှုကံတို့ကြောင့် မီးလောင်သောသူကဲ့သို့ ပူပန်ရ၏။

136

Whoever, with a rod,
harasses an innocent man, unarmed,
quickly falls into any of ten things:

harsh pains, devastation, a broken body, grave illness, mental
derangement, trouble with the government, violent slander,
relatives lost, property dissolved, houses burned down.

At the break-up of the body
this one with no discernment,
reappears in
hell.

Yo daṇḍena adaṇḍesu appaduṭṭhesu dussati
dasannam-aññataraṁ ṭhānaṁ khippam-eva nigacchati:

vedanaṁ pharusaṁ, jāniṁ, sarīrassa ca bhedanaṁ,
garukaṁ vā pi ābādhaṁ, cittakkhepaṁ va pāpuṇe,

rājato vā upassaggaṁ, abbhakkhānaṁ va dāruṇaṁ,
parikkhayaṁ va ñātīnaṁ, bhogānaṁ va pabhaṅguraṁ,

atha vāssa agārāni aggi ḍahati pāvako,
kāyassa bhedā duppañño nirayaṁ so upapajjati.

ယော ဒဏ္ဍေန အဒဏ္ဍေသု၊ အပ္ပဒုဋ္ဌေသု ဒုဿတိ။

ဒသန္နမညတရံ ဌာနံ၊ ခိပ္ပမေဝ နိဂစ္ဆတိ။

ဝေဒနံ ဖရုသံ ဇာနိံ၊ သရီရသ္မ ဝ ဘေဒနံ။
ဂရုကံ ဝါပိ အာဗာဓံ၊ စိတ္တက္ခေပံ ဝ ပါပုဏေ။

ရာဇတော ဝါ ဥပသဂ္ဂံ၊ အဗ္ဘက္ခာနံ ဝ ဒါရုဏံ။
ပရိက္ခယံ ဝ ဉာတီနံ၊ ဘောဂါနံ ဝ ပဘင်္ဂုရံ။

အထ ဝါဿ အဂါရာနိ၊ အဂ်ိ ဍဟတိ ပါဝကော။
ကာယဿ ဘေဒေါ ဒုပ္ပညော၊ နိရယံ သောပပဇ္ဇတိ။

အကြင်သူသည် အပြစ်ဒဏ်ကင်းကြ၍ မပြစ်မှားထိုက်သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ တုတ်လုံတံ စသည်ဖြင့် ပြစ်မှား၏၊ ထိုသူသည် ဆင်းရဲကြောင်း ဒဏ်ဆယ်ပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးသော ဆင်းရဲခြင်းအကြောင်းသို့ လျင်မြန်စွာပင် ရောက်ရ၏။

ပြင်းထန်သော ဝေဒနာသို့လည်းကောင်း၊ ဥစ္စာဆုံးရှုံးခြင်းသို့လည်းကောင်း၊ လက်ပြတ် ခြေပြတ်စသော ကိုယ်အင်္ဂါပျက်စီးခြင်းသို့လည်းကောင်း၊ ကြီးလေးသော နူနာစသော အနာစွဲ ကပ်ခြင်းသို့လည်းကောင်း၊ ရူးခြင်း စိတ်ပျံ့လွင့်ခြင်းသို့လည်းကောင်း၊

မင်းဘေးလည်းကောင်း၊ ကြမ်းကြုတ်စွာသော အစွတ်စွဲခံရခြင်းသို့ လည်းကောင်း၊ ဆွေမျိုးတို့၏ ပျက်ပြားခြင်းသို့ လည်းကောင်း၊ စည်းစိမ် ဥစ္စာတို့၏ယိုယွင်းပျက်စီးခြင်းသို့ လည်းကောင်းရောက်၏။

ထို့ပြင်ထိုပြစ်မှားသူ၏ အိမ်တို့ကို ပကတိမီးသည်လည်းကောင်း၊ လောင်မီးသည်လည်းကောင်းလောင်၏၊ ပညာမဲ့သော ထိုသူသည် ခန္ဓာကိုယ်ပျက်စီးသည်မှနောက်၌ ငရဲသို့ ရောက်ရ၏။

137-140

Neither nakedness nor matted hair
nor mud nor the refusal of food
nor sleeping on the bare ground
nor dust & dirt nor squatting austerities
cleanses the mortal
who's not gone beyond doubt.

If, though adorned, one lives in tune
with the celibate life
—calmed, tamed, & assured—
having put down the rod toward all beings,
he's a contemplative
a brahman
a monk.

Na naggacariyā na jaṭā na paṅkā,
nānāsakā thaṇḍilasāyikā vā,
rājo ca jallaṁ ukkuṭikappadhānaṁ,
sodhenti maccaṁ avitiṇṇakaṅkhaṁ.

Alaṅkato ce pi samaṁ careyya,
santo danto niyato brahmacārī,
sabbesu bhūtesu nidhāya daṇḍaṁ,
so brāhmaṇo so samaṇo sa bhikkhu.

နဂ္ဂစရိယာ နဇဋာ နပင်္ကာ၊ နာနာသကာ ထဏ္ဍိလသာယိကာ ဝါ။
ရဇောဇလ္လံ ဥက္ကုဋိကပ္ပဓာနံ၊ သောဓေန္တိ မစ္စံ အဝိတိဏ္ဏကင်္ခံ။

အလင်္ကတော စေပိ သမံ စရေယျ၊ သန္တော ဒန္တော နိယတော ဗြဟ္မစာရီ။
သဗ္ဗေသု ဘူတေသု နိဓာယ ဒဏ္ဍံ၊ သော ဗြာဟ္မဏော သော သမဏော သ ဘိက္ခု။

အဝတ်မဝတ်ဘဲ ကျင့်ခြင်းတို့သည်လည်းကောင်း၊ ဆံကျစ်အကျင့်တို့သည်လည်းကောင်း၊ ၍ည့ဉန်
အလိမ်းလိမ်းကပ်၍ ကျင့်ခြင်းတို့သည်လည်းကောင်း၊ အစာဖြတ်၍ အငတ်ခံကျင့်ခြင်း တို့သည်လည်းကောင်း၊
မြေ၌အိပ်၍ နေခြင်းတို့သည်လည်းကောင်း၊ မြူမှုန်အလိမ်းလိမ်း တင်စေလျက် ကျင့်ခြင်းသည်လည်းကောင်း၊
ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်၍ ကျင့်ခြင်းသည်လည်းကောင်း ဝိစိကိစ္ဆာမှ မလွတ်မြောက်သေးသော သတ္တဝါကို
မစင်ကြယ်စေနိုင်ကုန်။

အကြင်သူသည် ကိလေသာငြိမ်း၏၊ ကျန်ခြေကို ဆုံးမပြီးဖြစ်၏၊ မဂ်လေးပါးဖြင့်မြဲ၏၊ မြတ်သောအကျင့်ရှိ၏၊
အလုံးစုံသောသတ္တဝါတို့၌ လက်နက်ကို ပယ်ချထားသည်ဖြစ်၍ မေတ္တာဖြင့် အညီအမျှကျင့်၏၊ ထိုသူသည်အဝတ်
တန်ဆာဆင်စေကာမူ မကောင်းမှုမှအပပြုသူ ဗြာဟ္မဏမည်၏၊ ကိလေသာငြိမ်းသူ သမဏမည်၏၊ ကိလေသာ
ဖျက်ဆီးပြီးသူ ဘိက္ခုမည်၏။

141-142

Who in the world
is a man constrained by conscience,
who awakens to censure
like a fine stallion to the whip?

Hirīnisedho puriso koci lokasmi' vijjati,
yo nindaṁ appabodhati, asso bhadro kasām-iva.

ဟိရီနိသေဓော ပုရိသော၊ ကောစိ လောကသ္မိ ဝိဇ္ဇတိ။
ယော နိဒ္ဒံ အပဗောဓေတိ၊ အသ္သော ဘဒ္ဒြော ကသာမိဝ။

မြင်းကောင်းသည် ကြိမ်လုံးကို ကြဉ်ရှောင်သကဲ့သို့ အကြင်သူသည် မိမိ၏အိပ်ပျော်ခြင်းကို နှိုးကြားစေ၏၊ မိစ္ဆာဝိတက်ကို ရှက်ကြောက်ခြင်းဖြင့်တားမြစ်၏၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် လောကဌ် တစ်ယောက်တစ်လေသာ ရှိ၏။

143*

Like a fine stallion
struck with a whip,
be ardent & chastened.
Through conviction
virtue, persistence,
concentration, judgment,
consummate in knowledge & conduct,
mindful,
you'll abandon this not-insignificant pain.

Asso yathā bhadro kasāniviṭṭho,
ātāpino saṁvegino bhavātha.
Saddhāya sīlena ca vīriyena ca,
samādhinā Dhammavinicchayena ca.
Sampannavijjācaraṇā patissatā,
pahassatha dukkham-idaṁ anappakaṁ.

အသော ယထာ ဘဒြော ကသာနိဝိဋ္ဌော၊ အာတာပိနော သံဝေဂိနော ဘဝါထ။
သဒ္ဓါယ သီလေန စ ဝီရိယေန စ၊ သမာဓိနာ ဓမ္မဝိနိစ္ဆယေန စ။
သမ္ပန္နဝိဇ္ဇာစရဏာ ပတိဿတာ၊ ဧဟိဿထ ဒုက္ခမိဒံ အနပ္ပကံ။

မြင်းကောင်းသည် ကြိမ်လုံးကို ပုတ်ခတ်သည်ရှိသော် လုံ့လရှိသကဲ့သို့ သင်တို့သည် လည်း လုံ့လရှိကုန်သည် ထိပ်လန့်ကုန်သည် ဖြစ်ကြကုန်လော့၊ ယုံကြည်ခြင်း သဒ္ဓါနှင့် လည်းကောင်း၊ သီလနှင့် လည်းကောင်း၊ ဝီရိယနှင့် လည်းကောင်း၊ တည်ကြည်ခြင်း သမာဓိနှင့် လည်းကောင်း၊ တရားမှန်မမှန် ဆုံးဖြတ်ကြောင်းဉာဏ်နှင့်လည်းကောင်း ပြည့်စုံကြလျက် အသိ ဝိဇ္ဇာ အကျင့်စရဏနှင့် ပြည့်စုံကုန်သည်ဖြစ်၍ ထင်သောသတိရှိကြပါလျှင် အတိုင်းမသိ အလွန်ရှည်လျားသော သံသရာဆင်းရဲကို စွန့်လွှတ်နိုင်ကုန်လတ္တံ့။

144

Irrigators guide the water.
Fletchers shape the arrow shaft.
Carpenters shape the wood.
Those of good practices control
themselves.

Udakaṁ hi nayanti nettikā,
usukārā namayanti tejanaṁ,

dāruṁ namayanti tacchakā,
attānaṁ damayanti subbatā.

ဥဒကံ ဟိ နယန္တိ နေတ္တိကာ၊ ဥသုကာရာ နမယန္တိ တေဇနံ။
ဒါရုံ နမယန္တိ တစ္ဆကာ၊ အတ္တာနံ ဒမယန္တိ သုဗ္ဗတာ။

မြောင်းတူးရေယူသမားတို့သည် အလိုရှိရာသို့ ရေကိုဆောင်ယူကုန်၏၊ လေးသမားတို့သည် မြားကိုဖြောင့်ကုန်၏၊
သစ်ရွေသမားတို့သည် သစ်ကိုလိုတိုင်းရအောင် ရွေကုန်၏၊ ကောင်းသောအကျင့်ရှိသော
သူတော်ကောင်းတို့သည် မိမိကိုယ်ကို ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမကုန်၏။

145

XI : Jarāvaggo
Aging

What laughter, why joy,
when constantly aflame?
Enveloped in darkness,
don't you look for a lamp?

Ko nu hāso, kim-ānando, niccaṁ pajjalite sati,
andhakārena onaddhā, padīpaṁ na gavesatha?

ကော နု ဟာသော ကိမာနန္ဒော၊ နိစ္စံ ပဇ္ဇလိတေ သတိ။
အန္ဓကာရေန သြနဒ္ဓါ၊ ပဒီပံ န ဂဝေသထ။

လူအပေါင်း၌ အမြဲကိလေသာမီး တောက်လောင်နေပါလျက် အဘယ့်ကြောင့် ပျော်မြူး ရယ်ရွှင်ဘိသနည်း၊ အဘယ့်ကြောင့် နှစ်လိုဝမ်းသာခြင်း ဖြစ်ဘိသနည်း၊ အဝိဇ္ဇာမိုက်မှောင်ကြီးဖြင့် ပိတ်ဆီး မြှေးယှက်အပ်ကုန်သည်ဖြစ်ပါလျက် သင်တို့သည် အဘယ့်ကြောင့် ပညာဆီမီးကို မရှာဘဲ နေကြကုန်သနည်း။

146

Look at the beautified image,
a heap of festering wounds, shored up:
ill, but the object
of many resolves,
where there is nothing
lasting or sure.

Passa cittakataṁ bimbaṁ, arukāyaṁ samussitaṁ,
āturaṁ bahusaṅkappaṁ, yassa natthi dhuvaṁ ṭhiti.

ပဿ စိတ္တကတံ ဗိမ္ဗံ၊ အရုကာယံ သမုဿိတံ။

အာတုရံ ဗဟုသက်ပ်ပွ်၊ ယဿ နတ္ထိ ဓုဝံ ဋ္ဌိတိ။

အဆန်းတကြယ်ပြုအပ်သော အရုပ်နှင့်တူသော အရိုးစုသုံးရာတို့ဖြင့် ထောက်ထားအပ်သော နာကျင်တတ်သော များစွာသောသူတို့သည် ကြံစည်အပ်သော ကိုးပေါက်ဒွါရ အမာဝရှိသောကိုယ်ကို ကြည့်ရှုလော့၊ ယင်းကိုယ်၏ အမြဲအရှည် တည်ခြင်းသည် မရှိချေတကား။

147

Worn out is this body,
a nest of diseases, dissolving.
This putrid conglomeration
is bound to break up,
for life is hemmed in with death.

Parijiṇṇam-idaṁ rūpaṁ, roganīḷaṁ pabhaṅguraṁ,
bhijjati pūtisandeho, maraṇantaṁ hi jīvitaṁ.

ပရိဇိဏ္ဏမိဒံ ရူပံ၊ ရောဂနီဠ ပဘင်္ဂုရံ။
ဘိဇ္ဇတိ ပူတိသန္ဒေဟော၊ မရဏန္တံ ဟိ ဇီဝိတံ။

ဤရူပကာယသည် ဆွေးမြေ့ အိုတတ်၏၊ အနာရောဂါတို့၏ တည်နေရာလည်းဖြစ်၏၊ ယိုယွင်းပျက်စီးတတ်၏၊ အသက်ရှင်နေရခြင်းသည် သေခြင်းလျှင် အဆုံးရှိရကား ထိုကိုယ်သည် ပုပ်သည်ဖြစ်၍ ပျက်စီးရလတ္တံ့။

148

On seeing these bones
discarded
like gourds in the fall,
pigeon-gray:
what delight?

Yānimāni apatthāni alāpūneva sārade
kāpotakāni aṭṭhīni, tāni disvāna kā rati?

ယာနိမာနိ အပတ္ထာနိ၊ အလာဗူနေဝ သာရဒေ။
ကာပေါတကာနိ အဋ္ဌိနိ၊ တာနိ ဒိသွာန ကာ ရတိ။

တန်ဆောင်မုန်းအခါ၌ စွန့်ပစ်ထားသော ဘူးသီးခြောက်ကဲ့သို့ စွန့်ပစ်အပ်သော ခိုအဆင်းကဲ့သို့ ဖြူမွဲသော အရိုးတို့ကိုမြင်ရ၍ အဘယ်မှာ မွေ့လျော်ဖွယ်ရှိနိုင်အံ့နည်း။

149

A city made of bones,
plastered over with flesh & blood,
whose hidden treasures are:
pride & contempt,
aging & death.

Aṭṭhīnaṁ nagaraṁ kataṁ,
maṁsalohitalepanaṁ,
yattha jarā ca maccu ca,
māno makkho ca ohito.

အဋ္ဌီနံ နဂရံ ကတံ၊ မံသလောဟိတလေပနံ။
ဟတ္ထ ဇရာ စ မစ္စု စ၊ မာနော မက္ခော စ ဩဟိတော။

အရိုးတို့ကိုစိုက်ထူ၍ အသားအသွေးတို့ဖြင့် လိမ်းကျံလျက် အတ္တဘောတည်းဟူသောမြို့ကို တဏှာလက်သမား သည် ဆောက်လုပ်အပ်၏၊ ယင်းမြို့၌ အိုခြင်း မာနထောင်လွှားခြင်း သူ့ကျေးဇူးကို ချေဖျက်ခြင်းသည်သာ တည်ရှိလေ၏။

150

Even royal chariots
well-embellished
get run down,
and so does the body
succumb to old age.
But the Dhamma of the good
doesn't succumb to old age:
the good let the civilized know.

Jīranti ve rājarathā sucittā,
atho sarīram-pi jaraṁ upeti,
satañ-ca Dhammo na jaraṁ upeti,
santo have sabbhi pavedayanti.

ဇီရန္တိ ဝေ ရာဇရထာ သုစိတ္တာ၊ အထော သရီရမ္ပိ ဇရံ ဥပေတိ။
သတ္တဉ္စ ဓမ္မော န ဇရံ ဥပေတိ၊ သန္တော ဟေဝ သဒ္ဓိ ပဝေဒယန္တိ။

ရတနာတို့ဖြင့် ကောင်းစွာ ဆန်းကြယ်သော မင်းတို့၏ ရထားတို့သည် ဆွေးမြေ့အိုမင်း ကြကုန်သေး၏၊ ခန္ဓာကိုယ်သည်လည်း ထို့အတူပင် ဆွေးမြေ့ အိုမင်းခြင်းသို့ ရောက်ရသေး၏၊ သူတော်ကောင်းတို့၏ တရားတော်

သည်ကား ဆွေးမြေ့ အိုမင်းခြင်းသို့ မရောက်နိုင်ဟု သူတော်ကောင်းတို့သည် သူတော်ကောင်းတို့နှင့် အချင်းချင်း ဆွေးနွေးပြောကြားကြကုန်၏။

151

This unlistening man
matures like an ox.
His muscles develop,
his discernment not.

Appassutāyaṁ puriso balivaddo va jīrati,
maṁsāni tassa vaḍḍhanti, paññā tassa na vaḍḍhati.

အပ္ပသုတာယံ ပုရိသော၊ ဗလီဗဒ္ဒါဝ ဇီရတိ။
မံသာနိ တဿ ဝဍ္ဎန္တိ၊ ပညာ တဿ န ဝုဍ္ဎတိ။

အကြားအမြင်နည်းသော ဤယောကျ်ားသည် နွားလားကဲ့သို့ အချည်းအနှီး ကြီးထွားလာ၏၊ ထိုယောကျ်ားအား အသားတို့သာ တိုးပွားကုန်၏၊ ပညာမူကား မတိုးပွါး။

152*

Through the round of many births I roamed
without reward,
without rest,
seeking the house-builder.
Painful is birth again
& again.

House-builder, you're seen!
You will not build a house again.
All your rafters broken,
the ridge pole dismantled,
immersed in dismantling, the mind
has attained to the end of craving.

Anekajātisaṁsāraṁ sandhāvissaṁ anibbisaṁ
gahakārakaṁ gavesanto: dukkhā jāti punappunaṁ.

Gahakāraka diṭṭhosi! Puna gehaṁ na kāhasi:
sabbā te phāsukā bhaggā, gahakūṭaṁ visaṅkhitaṁ,
visaṅkhāragataṁ cittaṁ, taṇhānaṁ khayam-ajjhagā.

အနေကဇာတိသံသာရံ၊ သန္ဓာဝိဿံ အနိဗ္ဗိသံ။

ဂဟကာရံ ဂဝေသန္တော၊ ဒုက္ခာ ဇာတိ ပုနပ္ပုနံ။

ဂဟကာရက ဒိဋ္ဌောသိ၊ ပုန ဂေဟံ န ကာဟသိ။
သဗ္ဗာ တေ ဖာသုကာ ဘဂ္ဂါ၊ ဂဟကူဋံ ဝိသင်္ခံတံ။
ဝိသင်္ခါရဂတံ စိတ္တံ၊ တဏှာနံ ခယမဇ္ဈဂါ။

အဖန်ဖန် ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းသည် ဆင်းရဲလှစွာသောကြောင့် ခန္ဓာအိမ်ကို ဆောက်လုပ်တတ်သူ တဏှာလက်သမားကို ရှာသောငါသည် ထိုတဏှာလက်သမားကို မြင်နိုင်သောဉာဏ် မရသေးသဖြင့် ဘဝများစွာ သံသရာပတ်လုံး ကျင်လည်ခဲ့ရလေပြီ။

ခန္ဓာအိမ်ကို ဆောက်လုပ်တတ်သော ဟယ် တဏှာလက်သမား၊ ငါသည်သင့်ကို ပညာမျက်စိဖြင့် ယခုမြင်အပ်ပြီး၊ ခန္ဓာအိမ်ကိုနောင်တဖန် သင်ဆောက်လုပ်ရတော့မည်မဟုတ်၊ သင်၏ ကိလေသာတည်းဟူသော အခြင်ရနယ် အားလုံးတို့ကို ငါချိုးဖျက်အပ်ပြီ၊ အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အိမ်အထွတ်ကို ဖျက်ဆီးအပ်ပြီ၊ ငါ၏စိတ်သည် ပြုပြင်ခြင်းကင်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ပြီ၊ တဏှာ ကုန်ရာကုန်ကြောင်း အရဟတ္တဖိုလ်ကိုရပြီ။

153-154*

> Neither living the chaste life
> nor gaining wealth in their youth,
> they waste away like old herons
> in a dried-up lake
> depleted of fish.
>
> Neither living the chaste life
> nor gaining wealth in their youth,
> they lie around,
> misfired from the bow,
> sighing over old times.

Acaritvā brahmacariyaṁ, aladdhā yobbane dhanaṁ,
jiṇṇakoñcā ca jhāyanti khīṇamacche va pallale.

Acaritvā brahmacariyaṁ aladdhā yobbane dhanaṁ
senti cāpātikhittā va, purāṇāni anutthunaṁ.

အစရိတ္ဝာ ဗြဟ္မစရိယံ၊ အလဒ္ဓါ ယောဗ္ဗနေ ဓနံ။
ဇိဏ္ဏကောဉ္စာဝ စ္ဈာယန္တိ၊ ခီဏမစ္ဆေဝ ပလ္လလေ။

အစရိတ္ဝာ ဗြဟ္မစရိယံ၊ အလဒ္ဓါ ယောဗ္ဗနေ ဓနံ။
သေန္တိ စာပါတိခိတ္တာဝ၊ ပုရာဏာနိ အနုတ္ထုနံ။

သူမိုက်တို့သည် အရွယ်ရှိခိုက် မြတ်သောအကျင့်ကို မကျင့်လိုက်မိ၊ ဥစ္စာကိုလည်း မရသောကြောင့် ငါးကုန်ခန်းသောညွန်အိုင်၌ အတောင်ကျွတ်သော ကြိုးကြာအိုတို့ကဲ့သို့ (အရွယ်လွန်သောအခါ)ကြံမှိုင်၍သာ နေကြ ရကုန်၏။

သူမိုက်တို့သည် အရွယ်ရှိခိုက် မြတ်သောအကျင့်ကို မကျင့်လိုက်မိ၊ ဥစ္စာကိုလည်း မရလိုက်မိသောကြောင့် လေးမှလွတ်ပြီးနောက် အရှိန်ကုန်သောမြားတို့ကဲ့သို့ ရှေးဖြစ်ဟောင်း သုခတို့ကို ညည်းတွားအောက်မေ့၍သာ နေကြရကုန်၏။

155-156

XII : Attavaggo
Self

If you hold yourself dear
then guard, guard yourself well.
The wise person would stay awake
        nursing himself
in any of the three watches of the night,
        the three stages of life.

Attānañ-ce piyaṁ jaññā rakkheyya naṁ surakkhitaṁ,
tiṇṇam-aññataraṁ yāmaṁ paṭijaggeyya paṇḍito.

အတ္တာနေ့ဉ္စ ပိယံ ဇညာ၊ ရက္ခေယျ နံ သုရက္ခိတံ။
တိဏ္ဏံ အညတရံ ယာမံ၊ ပဋိဇဂ္ဂေယျ ပဏ္ဍိတော။

မိမိကိုယ်ကို ချစ်အပ်၏ဟုသိပါမူ ထိုမိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာစောင့်ရှောက်ခြင်းဖြင့် စောင့်ရှောက်ရာ၏၊ ပညာရှိသူသည် အရွယ်သုံးပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးသောအရွယ်၌ လုံ့လထုတ်ကာ သုတ်သင်ရာ၏။

157*

        First
he'd settle himself
in what is correct,
        only then
teach others.
He wouldn't stain his name
        : he is wise.

Attānam-eva paṭhamaṁ patirūpe nivesaye,
athañña-m-anusāseyya, na kilisseyya paṇḍito.

အတ္တာနမေဝ ပဌမံ၊ ပတိရူပေ နိဝေသယေ။
အထညမနုသာသေယျ၊ န ကိလိဿေယျ ပဏ္ဍိတော။

ရှေးဦးစွာသာလျှင် မိမိကိုယ်ကို သင့်လျော်သောအကျင့်၌ တည်စေရာ၏၊ ထို့နောက်မှ သူတစ်ပါးကို ဆုံးမရာ၏၊ ပညာရှိသည် သူတစ်ပါးကဲ့ရဲ့ခြင်းဖြင့် မညစ်နွမ်းစေရာ။

158

If you'd mold yourself
the way you teach others,
then, well-trained,
go ahead & tame—
for, as they say,
what's hard to tame is you
yourself.

Attānañ-ce tathā kayirā yathaññam-anusāsati,
sudanto vata dametha, attā hi kira duddamo.

အတ္တာနေဥ္စ တထာ ကယိရာ၊ ယထာညမနုသာသတိ။
သုဒန္တော ဝတ ဒမေထ၊ အတ္တာ ဟိ ကိရ ဒုဒ္ဒမော။

သူတစ်ပါးကို ဆုံးမသောနည်းအတိုင်း မိမိကိုယ်တိုင် လိုက်နာပြုကျင့်ရာ၏၊ မိမိကိုယ်တိုင် ယဉ်ကျေးပြီးသော်မှသာ သူတစ်ပါးကိုဆုံးမရာ၏၊ မိမိကိုယ်ကို ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမရခြင်းသည် ခဲယဉ်းလှစွတကား။

159

Your own self is
your own mainstay,
for who else could your mainstay be?
With you yourself well-trained
you obtain the mainstay
hard to obtain.

Attā hi attano nātho, ko hi nātho paro siyā?
Attanā va sudantena nāthaṁ labhati dullabhaṁ.

အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော၊ ကော ဟိ နာထော ပရော သိယာ။
အတ္တနာ ဟိ သုဒန္တေန၊ နာထံ လဘတိ ဒုလ္လဘံ။

မိမိသည်သာ မိမိ၏ကိုးစားရာဖြစ်၏၊ သူတစ်ပါးသည် မိမိ၏ကိုးစားရာ အဘယ်မှာဖြစ်နိုင်အံ့နည်း၊ မိမိသည် ကောင်းစွာယဉ်ကျေးသဖြင့် ရရောက်နိုင်ခဲသော အရဟတ္တဖိုလ်ကို ရနိုင်၏။

160

The evil he himself has done
—self-born, self-created—
grinds down the dullard,
as a diamond, a precious stone.

Attanā va kataṁ pāpaṁ, attajaṁ attasambhavaṁ,
abhimatthati dummedhaṁ vajiraṁ vasmamayaṁ maṇiṁ.

အတ္တနာ ဟိ ကတံ ပါပံ၊ အတ္တဇံ အတ္တသမ္ဘဝံ။
အဘိမတ္ထတိ ဒုမ္မေဓံ၊ ဝဇိရံဝသ္မမယံ မဏိံ။

ကျောက်မှဖြစ်သောစိန်သည် မိမိမှီရာကျောက်ကို ထွင်းဖောက် ဖျက်ဆီးသကဲ့သို့ မိမိပြုအပ်သော မိမိမှဖြစ်သော မိမိကြောင့်ဖြစ်သောမကောင်းမှုသည် မိမိဖြစ်ရာ ပညာမဲ့သူကို ဖျက်ဆီး၏။

161

When overspread by extreme vice—
like a sal tree by a vine—
you do to yourself
what an enemy would wish.

Yassa accantadussīlyaṁ māluvā Sālam-ivotataṁ
karoti so tathattānaṁ yathā naṁ icchatī diso.

ယဿ အစ္စန္တဒုဿီလျံ၊ မာလုဝါ သာလမိဝေါတ္ထတံ။
ကရောတိ သော တထတ္တာနံ၊ ယထာ နံ ဣစ္ဆတီ ဒိသော။

မာလောနွယ်သည် မှီရာသစ်ပင်ကို လွှမ်းမိုးရစ်ပတ်သကဲ့သို့ စင်စစ်သီလမရှိသောသူ၏ အဖြစ်တည်းဟူသော တဏှာအလွှမ်းခံရသူသည် ရန်သူအလိုရှိတိုင်း မိမိအကျိုးမဲ့ကို မိမိကိုယ်တိုင်ပင် ပြုလုပ်လေ၏။

162*

They're easy to do—
things of no good
& no use to yourself.
What's truly useful & good
is truly harder than hard to do.

Sukarāni asādhūni, attano ahitāni ca,
yaṁ ve hitañ-ca sādhuñ-ca taṁ ve paramadukkaraṁ.

သုကရာနိ အသာဓူနိ၊ အတ္တနော အဟိတာနိ စ။
ယံ ဝေ ဟိတဉ္စ သာဓုဉ္စ၊ တံ ဝေ ပရမဒုက္ကရံ။

အပြစ်ရှိ၍ မိမိ၏အကျိုးစီးပွားမရှိကုန်သော အမှုတို့ကို ပြုလွယ်ကုန်၏၊ အပြစ်ကင်း၍ အကျိုးစီးပွားရှိသော အမှုကို အလွန်ပြုနိုင်ခဲ၏။

163

The teaching of those who live the Dhamma,
worthy ones, noble:
whoever maligns it
—a dullard,
inspired by evil view—
bears fruit for his own destruction,
like the fruiting of the bamboo.

Yo sāsanaṁ arahantaṁ Ariyānaṁ Dhammajīvinaṁ
paṭikkosati dummedho diṭṭhiṁ nissāya pāpikaṁ,
phalāni kaṭṭhakasseva attaghaññāya phallati.

ယော သာသနံ အရဟတံ၊ အရိယာနံ ဓမ္မဇီဝိနံ။
ပဋိက္ကောသတိ ဒုမ္မေဓော၊ ဒိဋ္ဌိံ နိဿာယ ပါပိကံ။
ဖလာနိ ကဋ္ဌကဿေဝ၊ အတ္တဃာတာယ ဖလ'တိ။

ပညာမဲ့သူသည် ယုတ်မာသော မိစ္ဆာအယူကို အမှီပြု၍ ပူဇော်အထူးကို ခံထိုက်ကုန်သော တရားသဖြင့် အသက်မွေးကုန်သော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အဆုံးအမကို တားမြစ်၏၊ ဝါးသီးတို့သည် ဝါးပင်ကို သတ်ရန်အလို့ငှါ သီးကုန်သကဲ့သို့ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ မိစ္ဆာအယူသည် မိမိကိုယ်ကို သတ်ရန်အလို့ငှါသာ ဖြစ်၏။

164*

Evil is done by oneself,
by oneself is one defiled.
Evil is left undone by oneself,
by oneself is one cleansed.
Purity & impurity are one's own doing.
No one purifies another.
No other purifies one.

Attanā va kataṁ pāpaṁ, attanā saṅkilissati,

attanā akataṁ pāpaṁ, attanā va visujjhati,
suddhī asuddhī paccattaṁ, nāñño aññaṁ visodhaye.

အတ္တနာ ဟိ ကတံ ပါပံ၊ အတ္တနာ သံကိလိဿတိ။
အတ္တနာ အကတံ ပါပံ၊ အတ္တနာဝ ဝိသုဇ္ဈတိ။
သုဒ္ဓီ အသုဒ္ဓိ ပစ္စတ္တံ၊ နာညော အညံ ဝိသောဓယေ။

မကောင်းမှုကို မိမိပြုခဲ့လျှင် မိမိသည်ပင် ညစ်နွမ်းရ၏၊ မကောင်းမှုကို မိမိမပြုခဲ့လျှင် မိမိသည်ပင်စင်ကြယ်၏၊ စင်ကြယ်သော ကုသိုလ်နှင့် မစင်ကြယ်သော အကုသိုလ်သည် တခြားစီသာဖြစ်၏၊ သူတစ်ယောက်သည် အခြားသူတစ်ယောက်ကို ကိလေသာအညစ်အကြေးမှ စင်ကြယ်အောင် မသုတ်သင်နိုင်။

165*

> Don’t sacrifice your own welfare
> for that of another,
> no matter how great.
> Realizing your own true welfare,
> be intent on just that.

Attadatthaṁ paratthena bahunā pi na hāpaye;
attadattham-abhiññāya sadatthapasuto siyā.

အတ္တဒတ္ထံ ပရတ္ထေန၊ ဗဟုနာပိ န ဟာပယေ။
အတ္တဒတ္ထမဘိညာယ၊ သဒတ္ထပသုတော သိယာ။

သူတစ်ပါး၏ များစွာသော အကျိုးစီးပွားအတွက်ကြောင့် မိမိ၏အကျိုးစီးပွားကို အနည်းငယ်မျှ မဆုတ်ယုတ်စေရာ၊ မိမိအကျိုးစီးပွားကိုသိ၍ မိမိအကျိုးစီးပွားကို တိုးပွားအောင် လေ့ကျက် အားထုတ်ရာ၏။

166*

XIII : Lokavaggo
Worlds

Don't associate with lowly qualities.
Don't consort with heedlessness.
Don't associate with wrong views.
Don't busy yourself with the world.

Hīnaṁ dhammaṁ na seveyya, pamādena na saṁvase,
micchādiṭṭhiṁ na seveyya, na siyā lokavaḍḍhano.

ဟီနံ ဓမ္မံ န သေဝေယျ၊ ပမာဒေန န သံဝသေ။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ န သေဝေယျ၊ န သိယာ လောကဝဍ္ဎနော။

ကာမဂုဏ် အယုတ်တရားကို မမှီဝဲရာ၊ မေ့မေ့ လျော့လျော့ မနေရာ၊ မှားသောအယူကို မယူရာ၊ လောက ကြီးပွားရေးအတွက် သက်သက်မဖြစ်ရာ။

167

Get up! Don't be heedless.
Live the Dhamma well.
One who lives the Dhamma
sleeps with ease
in this world & the next.

Live the Dhamma well.
Don't live it badly.
One who lives the Dhamma
sleeps with ease
in this world & the next.

Uttiṭṭhe nappamajjeyya, Dhammaṁ sucaritaṁ care,
Dhammacārī sukhaṁ seti asmiṁ loke paramhi ca.

Dhammaṁ care sucaritaṁ, na naṁ duccaritaṁ care,
Dhammacārī sukhaṁ seti asmiṁ loke paramhi ca.

ဥတ္တိဋ္ဌေ နပ္ပမဇ္ဇေယျ၊ ဓမ္မံ သုစရိတံ စရေ။
ဓမ္မစာရီ သုခံ သေတိ၊ အသ္မိံ လောကေ ပရမ္ဎိ စ။

ဓမ္မံ စရေ သုစရိတံ၊ န နံ ဒုစ္စရိတံ စရေ။
ဓမ္မစာရီ သုခံ သေတိ၊ အသ္မိံ လောကေ ပရမ္ဎိ စ။

ဆွမ်းခံဝတ်၌ မမေ့လျော့ရာ၊ ကောင်းစွာ ကျင့်အပ်သော အကျင့်တရားကို ကျင့်ရာ၏၊
တရားကိုကျင့်သောသူသည် ဤလောက၌လည်းကောင်း၊ တမလွန်လောက၌ လည်းကောင်း ချမ်းသာစွာ နေရ၏။

သုစရိုက်တရားကို ကျင့်ရာ၏၊ ဒုစရိုက်တရားကို မကျင့်ရာ၊ တရားကို ကျင့်သောသူသည် ဤလောက၌
လည်းကောင်း၊ တမလွန်လောက၌လည်းကောင်း ချမ်းသာစွာ နေရ၏။

168-169

See it as a bubble,
see it as a mirage:
one who regards the world this way
the King of Death doesn't see.

Yathā bubbulakaṁ passe, yathā passe marīcikaṁ,
evaṁ lokaṁ avekkhantaṁ Maccurājā na passati.

ယထာ ပုဗ္ဗုဠကံ ပဿေ၊ ယထာ ပဿေ မရီစိကံ။
ဧဝံ လောကံ အဝေက္ခန္တံ၊ မစ္စုရာဇာ န ပဿတိ။

ရေပွက်ကို ရှုမြင်ရသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ တံလျှပ်ကို ရှုမြင်ရသကဲ့သို့ လည်းကောင်း ဤအတူ ခန္ဓာငါးပါး
ဟူသော လောကကို ရှုကြည့်သူကို သေမင်းသည်မမြင်နိုင်။

170*

Come look at this world
all decked out
like a royal chariot,
where fools plunge in,
while those who know
don't cling.

Etha passathimaṁ lokaṁ cittaṁ rājarathūpamaṁ,
yattha bālā visīdanti – natthi saṅgo vijānataṁ.

ဎေ ပဿထိမံ လောကံ၊ စိတ္တံ ရာဧရထူပမံ။
ယတ္ထ ဗာလာ ဝိသီဒန္တိ၊ နတ္ထိ သင်္ဂါ ဝိဇာနတံ။

လာကြကုန်လော့ ရတနာခုနစ်ပါးဖြင့် ဆန်းကြယ်သော မင်းစီးရထားလျှင် ဥပမာရှိသော အဝတ်တန်ဆာတို့ဖြင့် ဆန်းကြယ်သော ဤခန္ဓာငါးပါးတည်းဟူသော လောကကိုရှုကြကုန်လော့၊ ယင်းလောက၌ မိုက်သူတို့သည် နစ်မြုပ်ကြကုန်၏၊ ပညာရှိတို့အား ကပ်ငြိတွယ်တာမှုသည်မရှိ။

171

Who once was heedless,
but later is not,
brightens the world
like the moon set free from a cloud.

His evil-done deed
is replaced with skillfulness:
he brightens the world
like the moon set free from a cloud.

Yo ca pubbe pamajjitvā, pacchā so nappamajjati,
somaṁ lokaṁ pabhāseti abbhā mutto va candimā.

Yassa pāpaṁ kataṁ kammaṁ kusalena pithīyati –
somaṁ lokaṁ pabhāseti abbhā mutto va candimā.

ယော စ ပုဗ္ဗေ ပမဇ္ဇိတ္ဝာ၊ ပစ္ဆာ သော နပ္ပမဇ္ဇကိ။
သောမံ လောကံ ပဘာသေတိ၊ အဗ္ဘာ မုတ္တော ဝ စန္ဒိမာ။

ယဿ ပါပံ ကတံ ကမ္မံ၊ ကုသလေန ပိဓီယတိ။
သောမံ လောကံ ပဘာသေတိ၊ အဗ္ဘာ မုတ္တော ဝ စန္ဒိမာ။

ရှေးငယ်စဉ်အခါက ကုသိုလ်၌ မေ့လျော့ခဲ့၍ နောင်ကြီးပြင်းသောအခါ၌ မမေ့လျော့သောသူသည် တိမ်တိုက်မှလွတ်သော လကဲ့သို့ ဤလောကကို မဂ်ဉာဏ်ရောင်ဖြင့် ထွန်းလင်း တောက်ပစေ၏။

မိမိပြုခဲ့သောမကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံကို အရဟတ္တမဂ်ကုသိုလ်ဖြင့် ဖုံးအုပ်သူသည် တိမ်တိုက်မှလွတ်သော လကဲ့သို့ ဤလောကကို အရဟတ္တဉာဏ်ရောင်ဖြင့် ထွန်းလင်းတောက်ပစေ၏။

172-173

Blinded this world—
how few here see clearly!
Just as birds who've escaped

from a net are
few, few
are the people
who make it to heaven.

Andhabhūto ayaṁ loko, tanukettha vipassati,
sakunto jālamutto va appo saggāya gacchati.

အန္ဓဘူတော အယံ လောကော၊ တနုကေတ္ထ ဝိပဿတိ။
သကုဏော ဇာလမုတ္တော၀၊ အပ္ပေါ သဂ္ဂါယ ဂစ္ဆတိ။

ဤလူအပေါင်းသည် ပညာမျက်စေ့မရှိသဖြင့် အကန်းအတိသာ ဖြစ်၏။ ဤလောက၌ အနည်းငယ်မျှသောသူသည်သာ အနိစ္စစသော သဘောအားဖြင့် ရှုမြင်နိုင်၏။ ပိုက်ကွန်မှလွတ်သော ငှက်သည် နည်းပါးသကဲ့သို့ လူအနည်းငယ်မျှသာ နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်နိုင်၏။

174

Swans fly the path of the sun;
those with the power fly through space;
the enlightened flee from the world,
having defeated the armies of Mara.

Haṁsādiccapathe yanti, ākāse yanti iddhiyā,
nīyanti dhīrā lokamhā, jetvā Māraṁ savāhanaṁ.

ဟံသာဒိစ္စပထေ ယန္တိ၊ အာကာသေ ယန္တိ ဣဒ္ဓိယာ။
နီယန္တိ ဓီရာ လောကမှာ၊ ဇေတ္ဝာ မာရံ သ၀ါဟိနိံ။

ဟင်္သာတို့သည် နေမင်းလမ်းကြောင်း ကောင်းကင်ခရီး၌ သွားကုန်၏၊ တန်ခိုးရှင်တို့သည် ကောင်းကင်၌ သွားကုန်၏၊ ပညာရှိတို့သည် စစ်သည်ဗိုလ်ပါနှင့်တကွသော မာရ်မင်းကိုအောင်၍ လောကမှ ထွက်မြောက်ကုန်၏။

175

The person who tells a lie,
who transgresses in this one thing,
transcending concern for the world beyond:
there's no evil
he might not do.

Ekaṁ dhammaṁ atītassa, musāvādissa jantuno,

vitiṇṇaparalokassa, natthi pāpaṁ akāriyaṁ.

ဧကံ ဓမ္မံ အတီတဿ၊ မုသာဝါဒိဿ ဇန္တုနော။
ဝိတိဏ္ဏပရလောကဿ၊ နတ္ထိ ပါပံ အကာရိယံ။

သစ္စာတရားတစ်ခုကိုလွန်၍ မုသားစကားကိုဆိုလေ့ရှိသော နောင်ဘဝအတွက် ဆင်ခြင်စဉ်းစားခြင်း အလျင်း မရှိသောသူအား မပြုနိုင်မည့် မကောင်းမှုအကုသိုလ် မည်သည်မရှိ။

176*

No misers go
to the world of the devas.
Those who don't praise giving
are fools.
The enlightened
express their approval for giving
and so find ease
in the world beyond.

Na ve kadariyā devalokaṁ vajanti,
bālā have nappasaṁsanti dānaṁ,
dhīro ca dānaṁ anumodamāno,
teneva so hoti sukhī parattha.

န ဝေ ကဒရိယာ ဒေဝလောကံ ဝဇန္တိ၊ ဗာလာ ဟေဝ နပ္ပသံသန္တိ ဒါနံ။
ဓီရော စ ဒါနံ အနုမောဒမာနော၊ တေနေဝ သော ဟောတိ သုခီ ပရတ္ထ။

စေးနဲဝန်တိုသူတို့သည် နတ်ပြည်သို့မရောက်နိုင်ကြကုန်၊ လူမိုက်တို့သည် အလှူဒါနကို မချီးမွမ်းကြကုန်၊ ပညာရှိသည်သာ အလှူဒါနကို ဝမ်းမြောက်နိုင်၏၊ ထို ဝမ်းမြောက်မှုကြောင့်သာလျှင် ထိုပညာရှိသည် တမလွန်ဘဝ၌ ချမ်းသာရ၏။

177

Sole dominion over the earth,
going to heaven,
lordship over all worlds:
the fruit of stream entry
excels them.

Pathavyā ekarajjena, saggassa gamanena vā,
sabbalokādhipaccena – sotāpattiphalaṁ varaṁ.

ပထဗျာ ကေရဇ္ဇေန၊ သဂ္ဂသ ဂမနေန ဝါ။
သဗ္ဗလောကာဓိပစ္စေန၊ သောတာပတ္တိဖလံ ဝရံ။

မြေတပြင်လုံး၌ ကေရာဇ်မင်းဖြစ်ရသည်ထက် လည်းကောင်း၊ နတ်ပြည် ဗြဟ္မာ့ပြည်သို့ ရောက်ရသည်ထက် လည်းကောင်း၊ တစ်လောကလုံးကို အစိုးရသည်ထက် လည်းကောင်း သောတာပန်ဖြစ်ရခြင်းသည် မြတ်၏။

178*

XIV : Buddhavaggo
Awakened

Whose conquest can't be undone,
whose conquest no one in the world
can reach;
awakened, his pasture endless,
pathless:
by what path will you lead him astray?

In whom there's no craving
—the sticky ensnarer—
to lead him anywherever at all;
awakened, his pasture endless,
pathless:
by what path will you lead him astray?

Yassa jitaṁ nāvajīyati, -
jitaṁ assa no yāti koci loke,
tam-Buddham-anantagocaraṁ,
apadaṁ kena padena nessatha?

Yassa jālinī visattikā,
taṇhā natthi kuhiñci netave,
tam-Buddham-anantagocaraṁ,
apadaṁ kena padena nessatha?

ယဿ ဇိတံ နာဝဇီယတိ၊ ဇိတံ ယဿ နော ယာတိ ကောစိ လောကေ။
တံ ဗုဒ္ဓမနန္တဂေါစရံ၊ အပဒံ ကေန ပဒေန နေဿထ။

ယဿ ဇာလိနီ ဝိသတ္တိကာ၊ တဏှာ နတ္ထိ ကုဟိဉ္စိ နေတဝေ။
တံ ဗုဒ္ဓမနန္တဂေါစရံ၊ အပဒံ ကေန ပဒေန နေဿထ။

အကြင်မြတ်စွာဘုရားသည် အောင်အပ်ပြီးသော ကိလေသာကို တစ်ဖန်အောင်ဖွယ်မလို၊ လောက၌ အကြင်မြတ်စွာဘုရား၏ အောင်ပြီးသော ကိလေသာနောက်သို့ ကိလေသာတစ်စုံတစ်ခုမျှ အစဉ်မလိုက်တော့ချေ၊ အပိုင်းအခြားမရှိ ကျက်စားနိုင်သည့် သဗ္ဗညုတဉာဏ်ရှိတော်မူသော ရာဂစသော ခရီးလမ်းကြောင်းမရှိသော ထိုမြတ်စွာဘုရားကို အဘယ်ခရီးလမ်းကြောင်းဖြင့် သင်တို့ ခေါ်ဆောင် နိုင်ကုန်အံ့နည်း။

အကြင်မြတ်စွာဘုရားအား တစ်စုံတစ်ခုသော လောကသို့ ခေါ်ဆောင်ရန် ပိုက်ကွန်ပမာ ကပ်ငြိတတ်သော တဏှာသည်မရှိ၊ အပိုင်းအခြားမရှိ ကျက်စားနိုင်သည့် သဗ္ဗညုတဉာဏ် ရှိတော်မူသော ရာဂစသော ခရီးလမ်းကြောင်းမရှိသော ထိုမြတ်စွာဘုရားကို အဘယ်ခရီးလမ်းကြောင်းဖြင့် သင်တို့ ခေါ်ဆောင်နိုင်ကုန်အံ့နည်း။

179-180

They, the enlightened, intent on jhana,
delighting in stilling
& renunciation,
self-awakened & mindful:
even the devas
view them with envy.

Ye jhānapasutā dhīrā, nekkhammūpasame ratā,
devā pi tesaṁ pihayanti, Sambuddhānaṁ satīmataṁ.

ယေ ဈာနပသုတာ ဓီရာ၊ နေက္ခမ္မူပသမေ ရတာ။
ဒေဝါပိ တေသံ ပိဟယန္တိ၊ သမ္ဗုဒ္ဓါနံ သတီမတံ။

အကြင်ပညာရှိတို့သည် သမထဈာန်၌ လေ့ကျက်အားထုတ်ကုန်၏၊ ကာမမှထွက်မြောက်မှု ကိလေသာငြိမ်းမှု၌ မွေ့လျော်ကုန်၏၊ သစ္စာလေးပါးတရားကို ကောင်းစွာသိကုန်သော လွန်ကဲသော သတိရှိကုန်သော ထိုပညာရှိတို့အား နတ်ဗြဟ္မာတို့သည်လည်း ချစ်မြတ်နိုးကြကုန်၏။

181

Hard the winning of a human birth.
Hard the life of mortals.
Hard the chance to hear the true Dhamma.
Hard the arising of Awakened Ones.

Kiccho manussapaṭilābho, kicchaṁ maccāna' jīvitaṁ,
kicchaṁ Saddhammasavanaṁ, kiccho Buddhānam-uppādo.

ကိစ္ဆော မနုဿပဋိလာဘော၊ ကိစ္ဆံ မစ္စာန ဇီဝိတံ။
ကိစ္ဆံ သဒ္ဓမ္မဿဝနံ၊ ကိစ္ဆော ဗုဒ္ဓါနမုပ္ပါဒေါ။

လူအဖြစ်ကို ရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏၊ သတ္တဝါတို့၏ အသက်ရှင်ခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏၊ သူတော်ကောင်းတရားကို ကြားနာရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏၊ ဘုရားရှင်တို့ ပွင့်ထွန်းပေါ် ပေါက်လာရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏။

182

The non-doing of any evil,
the performance of what's skillful,
the cleansing of one's own mind:
this is the teaching
of the Awakened.

Patient endurance:
the foremost austerity.
Unbinding:
the foremost,
so say the Awakened.
He who injures another
is no contemplative.
He who mistreats another,
no monk.

Not disparaging, not injuring,
restraint in line with the Patimokkha,
moderation in food,
dwelling in seclusion,
commitment to the heightened mind:
this is the teaching
of the Awakened.

Sabbapāpassa akaraṇaṁ, kusalassa upasampadā,
sacittapariyodapanaṁ - etaṁ Buddhāna' sāsanaṁ.

Khantī paramaṁ tapo titikkhā,
Nibbānaṁ paramaṁ vadanti Buddhā,
na hi pabbajito parūpaghātī,
samaṇo hoti paraṁ viheṭhayanto.

Anupavādo anupaghāto, pātimokkhe ca saṁvaro,
mattaññutā ca bhattasmiṁ, pantañ-ca sayanāsanaṁ,
adhicitte ca āyogo - etaṁ Buddhāna' sāsanaṁ.

သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊ ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ။
သစိတ္တပရိယောဒပနံ၊ ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

ခန္တီ ပရမံ တပေါ တိတိက္ခာ၊ နိဗ္ဗာနံ ပရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ။

န ဟိ ပဗ္ဗဇိတော ပရ္ဂုပဃာတီ၊ န သမဏော ဟောတိ ပရံ ဝိဟေဌယန္တော။

သူတစ်ပါးကို မကဲ့ရဲ့မစွပ်စွဲရာ မည်ဉ်းဆဲရာ၊ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကို စောင့်ရှောက်ရာ၏။ စားဖွယ်၌ အတိုင်းအရှည်ကို သိရာ၏၊ ဆိတ်ငြိမ်သောကျောင်း အိပ်ရာနေရာသို့ ကပ်ရောက်နေထိုင်ရာ၏၊ သမာပတ်ရှစ်ပါးဟူသော အဓိစိတ္တသိက္ခာကို ပွားများအားထုတ်ရာ၏၊ ဤသည်ကား ဘုရားရှင်တို့၏ အဆုံးအမတော်ပေတည်း။

မကောင်းမှုဟူသမျှကို မပြုရာ၊ ကုသိုလ်နှင့် ပြည့်စုံစေရာ၏၊ မိမိစိတ်ကိုဖြူစင်စေရာ၏၊ ဤသည်ကား ဘုရားရှင်တို့၏ အဆုံးအမတော်ပေတည်း။

တိတိက္ခာဟု အမည်ရသော သည်းခံမှု ခန္တီသည် မြတ်သောအကျင့်ပေတည်း၊ နိဗ္ဗာန်ကို အလွန်မြတ်၏ဟု ဘုရားရှင်တို့ ဟောတော်မူကုန်၏၊ ရဟန်းဟူသည် သူတစ်ပါးကို မည်ဉ်းဆဲရာ၊ သူတစ်ပါးကို ညှဉ်းဆဲသောသူသည် ရဟန်းမဟုတ်ပေ။

အနူပဝါဒေါ အနူပဃာတော၊ ပါတိမောက္ခေ စ သံဝရော။
မတ္တညုတာ စ ဘတ္တသ္မိံ၊ ပန္တဉ္စ သယနာသနံ။
အဓိစိတ္တေ စ အာယောဂေါ၊ ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

183-185*

Not even if it rained gold coins
would we have our fill
of sensual pleasures.
'Stressful,
they give little enjoyment'—
knowing this, the wise one
finds no delight
even in heavenly sensual pleasures.
He is one who delights
in the ending of craving,
a disciple of the Rightly
Self-Awakened One.

Na kahāpaṇavassena titti kāmesu vijjati,
"Appassādā dukhā kāmā," iti viññāya paṇḍito,

api dibbesu kāmesu ratiṁ so nādhigacchati.
Taṇhakkhayarato hoti Sammāsambuddhasāvako.

န ကဟာပဏဝဿေန၊ တိတ္တိ ကာမေသု ဝိဇ္ဇတိ။
အပ္ပဿာဒါ ဒုခါ ကာမာ၊ ဣတိ ဝိညာယ ပဏ္ဍိတော။

အပိ ဒိဗ္ဗေသု ကာမေသု၊ ရတိံ သော နာဓိဂစ္ဆတိ။
တဏှက္ခယရတော ဟောတိ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓသာဝကော။

အသပြာမိုး ရွာသွန်းပေးသဖြင့်လည်း ကာမတို့၌ ရောင့်ရဲတင်းတိမ်မှုမရှိ၊ ကာမတို့သည် သာယာဘွယ်သဘောမရှိကုန်၊ ဆင်းရဲကုန်၏ဟုသိ၍

မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်ဖြစ်သော ပညာရှိသည် နတ်၌ဖြစ်သော ကာမတို့၌ သော်လည်း မမွေ့လျော်၊ တဏှာကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်၌သာ မွေ့လျော်တော့၏။

186-187

They go to many a refuge,
to mountains & forests,
to park & tree shrines:
people threatened with danger.
That's not the secure refuge,
not the supreme refuge,
that's not the refuge,
having gone to which,
you gain release
from all suffering & stress.
But when, having gone
to the Buddha, Dhamma,
& Sangha for refuge,
you see with right discernment
the four noble truths—
stress,
the cause of stress,
the transcending of stress,
& the noble eightfold path,
the way to the stilling of stress:
that's the secure refuge,
that, the supreme refuge,
that is the refuge,
having gone to which,
you gain release
from all suffering & stress.

Bahuṁ ve saraṇaṁ yanti pabbatāni vanāni ca
ārāmarukkhacetyāni, manussā bhayatajjitā.

Netaṁ kho saraṇaṁ khemaṁ, netaṁ saraṇam-uttamaṁ,
netaṁ saraṇam-āgamma sabbadukkhā pamuccati.

Yo ca Buddhañ-ca Dhammañ-ca Saṅghañ-ca saraṇaṁ gato,
cattāri ariyasaccāni sammappaññāya passati:

Dukkhaṁ dukkhasamuppādaṁ dukkhassa ca atikkamaṁ,
ariyañ-caṭṭhaṅgikaṁ maggaṁ dukkhūpasamagāminaṁ.

Etaṁ kho saraṇaṁ khemaṁ, etaṁ saraṇam-uttamaṁ,
etaṁ saraṇam-āgamma sabbadukkhā pamuccati.

ဗဟုံ ဝေ သရဏံ ယန္တိ၊ ပဗ္ဗတာနိ ဝနာနိ စ။
အာရာမရုက္ခစေတျာနိ၊ မနုဿာ ဘယတဇ္ဇိတာ။

နေတံ ခေါ သရဏံ ခေမံ၊ နေတံ သရဏမုတ္တမံ။
နေတံ သရဏမာဂမ္မ၊ သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ။

ယော စ ဗုဒ္ဓဉ္စ ဓမ္မဉ္စ၊ သံဃဉ္စ သရဏံ ဂတော။
စတ္တာရိ အရိယသစ္စာနိ၊ သမ္မပ္ပညာယ ပဿတိ။

ဒုက္ခံ ဒုက္ခသမုပ္ပါဒံ၊ ဒုက္ခဿ စ အတိက္ကမ။
အရိယံ စဋ္ဌင်္ဂိကံ မဂ္ဂံ၊ ဒုက္ခူပသမဂါမိနံ။

ဧတံ ခေါ သရဏံ ခေမံ၊ ဧတံ သရဏမုတ္တမံ။
ဧတံ သရဏမာဂမ္မ၊ သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ။

ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်ကုန်သော များစွာသောလူတို့သည် တောင်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ တောတို့ကိုလည်းကောင်း၊ နေရာတို့ကိုလည်းကောင်း၊ အထိကရ သစ်ပင်စသော ကိုးကွယ်ရာတို့ကို လည်းကောင်း ကိုးကွယ်ကြကုန်၏။

ဤ တော တောင် နေရာ အထိကရသစ်ပင်စသော ကိုးကွယ်ရာ ဟူသမျှကို ကိုးကွယ်ခြင်းသည် ဘေးကင်းသော ကိုးကွယ်ခြင်းမဟုတ်၊ မြတ်သောကိုးကွယ်ခြင်းမဟုတ်၊ ဤကိုးကွယ်ရာ ဟူသမျှကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ခြင်းကြောင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်းမှ မလွတ်မြောက်နိုင်။

အကြင်သူသည် မြတ်စွာဘုရားကို လည်းကောင်း၊ တရားတော်ကိုလည်းကောင်း၊ သံဃာတော်ကို လည်းကောင်း ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်၏၊

ထိုသူသည် ဆင်းရဲအမှန် ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်းရင်းအမှန် သမုဒယသစ္စာ၊ ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရာအမှန် နိရောဓသစ္စာ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်းအမှန် အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော မြတ်သောမဂ္ဂသစ္စာ ဟူသော အရိယသစ္စာလေးပါးတို့ကို ကောင်းစွာ မဂ်ပညာဖြင့် မြင်နိုင်၏။

ဤရတနာသုံးပါးကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ခြင်းသည် ဘေးမရှိသော ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ခြင်းမည်၏၊ မြတ်သော ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ခြင်းမည်၏၊ ဤရတနာသုံးပါးကို ကိုးကွယ်ခြင်းကြောင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်းမှ လွတ်မြောက်၏။

188-192*

It's hard to come by
a thoroughbred of a man.
It's simply not true
that he's born everywhere.
Wherever he's born, an enlightened one,
the family prospers,
is happy.

Dullabho purisājañño, na so sabbattha jāyati,
yattha so jāyate dhīro, taṁ kulaṁ sukham-edhati.

ဒုလ္လဘော ပုရိသာဇညော၊ န သော သဗ္ဗတ္ထ ဇာယတိ။
ယတ္ထ သော ဇာယတိ ဓီရော၊ တံ ကုလံ သုခမေဓတိ။

ယောကျ်ားအာဇာနည်ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် ဖြစ်ထွန်းပေါ်ပေါက်နိုင်ခဲ၏၊ ထိုယောကျ်ားအာဇာနည် ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် ခပ်သိမ်းသောအရပ်ဒေသ၊ ခပ်သိမ်းသောအမျိုးအနွယ်တို၌ မဖြစ်ထွန်းနိုင်၊ ပညာရှိသော အာဇာနည်ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် အကြင်အမျိုးအနွယ်၌ဖြစ်၏၊ ထိုအမျိုးအနွယ်သည် ချမ်းသာခြင်းသို့ရောက်၏။

193

A blessing: the arising of Awakened Ones.
A blessing: the teaching of true Dhamma.
A blessing: the concord of the Sangha.
The austerity of those in concord
is a blessing.

Sukho Buddhānam-uppādo, sukhā Saddhammadesanā,
sukhā Saṅghassa sāmaggī, samaggānaṁ tapo sukho.

သုခေါ ဗုဒ္ဓါနမုပ္ပါဒေါ၊ သုခါ သဒ္ဓမ္မဒေသနာ။
သုခါ သံဃသ သာမဂ္ဂီ၊ သမဂ္ဂါနံ တပေါ သုခေါ။

ဘုရားရှင်တို့ ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်လာခြင်းသည် ချမ်းသာခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏၊ သူတော်ကောင်းတရားကို ဟောကြားတော်မူခြင်းသည် ချမ်းသာခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်၏၊ သံဃာ၏ညီညွတ်ခြင်းသည် ချမ်းသာခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏၊ စိတ်ဓာတ်ညီညွတ်သူတို့၏ အကျင့်သည် ချမ်းသာခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်၏။

194

If you worship those worthy of worship,
—Awakened Ones or their disciples—
who've transcended

objectification,
crossed over
lamentation
& grief,
who are unendangered,
fearless,
unbound:
there's no measure for reckoning
that your merit's 'this much.'

Pūjārahe pūjayato, Buddhe yadi va sāvake,
papañcasamatikkante, tiṇṇasokapariddave;

te tādise pūjayato, nibbute akutobhaye,
na sakkā puññaṁ saṅkhātuṁ, imettam-api kenaci.

ပူဇာရဟေ ပူဇယတော၊ ဗုဒ္ဓေယဒိ ဝ သာဝကေ။
ပပဉ္စသမတိက္ကန္တေ၊ တိဏ္ဏသောကပရိဒ္ဒဝေါ။

တေ တာဒိသေ ပူဇယတော၊ နိဗ္ဗုတေ အကုတောဘယေ။
န သက္ကာ ပုညံ သင်္ခါတုံ၊ ကေ္ကမေတ္တမပိ ကေနစိ။

ပူဇော်ထိုက်ကုန်သော တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိဟူသော သံသရာနယ်ချဲ့တရားတို့ကို လွန်မြောက်ပြီးကုန်သော စိုးရိမ်ပူဆွေးငိုကြွေးခြင်းကို လွတ်မြောက်ပြီးကုန်သော ကိလေသာငြိမ်းအေး ပြီးကုန်သော တစ်စုံတစ်ခု ဘေးရန် မရှိကုန်သော ဘုရားရှင်တို့ကိုလည်းကောင်း၊

မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်တို့ကိုလည်းကောင်း ပူဇော်သောသူ၏ ကောင်းမှုကို ဤကောင်းမှုသည် ဤမျှရှိ၏ဟု တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူသည်လည်း ရေတွက်ခြင်းငှါ မတတ်ကောင်း။

195-196*

XV : Sukhavaggo
Happy

How very happily we live,
free from hostility
among those who are hostile.
Among hostile people,
free from hostility we dwell.

How very happily we live,
free from misery
among those who are miserable.
Among miserable people,
free from misery we dwell.

How very happily we live,
free from busyness
among those who are busy.
Among busy people,
free from busyness we dwell.

How very happily we live,
we who have nothing.
We will feed on rapture
like the Radiant gods.

Susukhaṁ vata jīvāma verinesu averino,
verinesu manussesu viharāma averino.

Susukhaṁ vata jīvāma āturesu anāturā,
āturesu manussesu viharāma anāturā.

Susukhaṁ vata jīvāma ussukesu anussukā
ussukesu manussesu viharāma anussukā.

Susukhaṁ vata jīvāma yesaṁ no natthi kiñcanaṁ,

pītibhakkhā bhavissāma devā Ābhassarā yathā.

သုသုခံ ဝတ ဇီဝါမ၊ ဝေရိနေသု အဝေရိနော။
ဝေရိနေသု မနုဿေသု၊ ဝိဟရာမ အဝေရိနော။

သုသုခံ ဝတ ဇီဝါမ၊ အာတုရေသု အနာတုရာ။
အာတုရေသု မနုဿေသု၊ ဝိဟရာမ အနာတုရာ။

သုသုခံ ဝတ ဇီဝါမ၊ ဥဿုကေသု အနုဿုကာ။
ဥဿုကေသု မနုဿေသု၊ ဝိဟရာမ အနုဿုကာ။

သုသုခံ ဝတ ဇီဝါမ၊ ယေသံ နော နတ္ထိ ကိဉ္စနံ။
ပီတိဘက္ခာ ဘဝိဿာမ၊ ဒေဝါ အာဘဿရာ ယထာ။

ရန်ပြုတတ်သူတို့အလယ်၌ ရန်မပြုကြကုန်ဘဲ အလွန်ချမ်းသာစွာ ငါတို့ အသက်မွေးနိုင်ကြကုန်၏၊
ရန်ပြုသောသူတို့အလယ်၌ ရန်မရှိကုန်ဘဲ ငါတို့နေနိုင်ကြကုန်၏။

ကိလေသာအနှိပ်စက်ခံရသော သူတို့အလယ်၌ ကိလေသာအနှိပ်စက် မခံရကုန်ဘဲ အလွန်ချမ်းသာစွာ ငါတို့
အသက်မွေးနိုင်ကြကုန်၏၊ ကိလေသာ အနှိပ်အစက်ခံရသော သူတို့အလယ်၌
ကိလေသာအနှိပ်အစက်မခံရကုန်ဘဲ ငါတို့နေနိုင်ကြကုန်၏။

ကာမဂုဏ်ကို ကြောင့်ကြစိုက်ကုန်သော သူတို့အလယ်၌ ကာမဂုဏ်ကို ကြောင့်ကြမစိုက်ကြကုန်ဘဲ
အလွန်ချမ်းသာစွာ ငါတို့အသက်မွေးနိုင်ကြကုန်၏၊ ကာမဂုဏ်ကို ကြောင့်ကြစိုက်ကုန်သော လူတို့အလယ်၌
ကာမ ဂုဏ်ကို ကြောင့်ကြမစိုက်ကြကုန်ဘဲ ငါတို့နေနိုင်ကြကုန်၏။

စိုးရိမ်ကြောင့်ကြဖွယ်ရာ တစ်စုံတစ်ခုမျှမရှိဘဲ အလွန်ချမ်းသာစွာ ငါတို့ အသက်မွေးနိုင်ကြကုန်၏၊
အာဘဿရာဖြဟ္မာတို့ကဲ့သို့ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်မှု ပီတိတည်းဟူသောအစာကို အားထား၍ နေကြကုန်အံ့။

197-200

Winning gives birth to hostility.
Losing, one lies down in pain.
The calmed lie down with ease,
having set
winning & losing
aside.

Jayaṁ veraṁ pasavati, dukkhaṁ seti parājito,
upasanto sukhaṁ seti, hitvā jayaparājayaṁ.

ဇယံ ဝေရံ ပသဝတိ၊ ဒုက္ခံ သေတိ ပရာဇိတော။

ဥပသန္တော သုခံ သေတိ၊ ဟိတ္တာ ဧယပရာဧယံ။

အနိုင်ရသူသည် ရန်ကိုပွါးစေ၏၊ ရှုံးသောသူသည် ဆင်းရဲစွာနေရ၏၊ ကိလေသာငြိမ်းပြီးသောသူသည် အနိုင် အရှုံးကိုစွန့်၍ ချမ်းသာစွာနေရ၏။

201

There's no fire like passion,
no loss like anger,
no pain like the aggregates,
no ease other than peace.

Hunger: the foremost illness.
Fabrications: the foremost pain.
For one knowing this truth
as it has come to be,
Unbinding
is the foremost ease.

Freedom from illness: the foremost good fortune.
Contentment: the foremost wealth.
Trust: the foremost kinship.
Unbinding: the foremost ease.

Natthi rāgasamo aggi, natthi dosasamo kali,
natthi khandhasamā dukkhā, natthi santiparaṁ sukhaṁ.

Jighacchā paramā rogā, saṅkhāraparamā dukhā,
etaṁ ñatvā yathābhūtaṁ, Nibbānaṁ paramaṁ sukhaṁ.

Ārogyaparamā lābhā, santuṭṭhi paramaṁ dhanaṁ,
vissāsā paramā ñāti, Nibbānaṁ paramaṁ sukhaṁ.

နတ္ထိ ရာဂသမော အဂ်ိ၊ နတ္ထိ ဒေါသသမော ကလိ။
နတ္ထိ ခန္ဓသမာ ဒုက္ခာ၊ နတ္ထိ သန္တိပရံ သုခံ။

ဇိဃစ္ဆာပရမာ ရောဂါ၊ သင်္ခါရပရမာ ဒုခါ။
ဧတံ ဉတ္တာ ယထာဘူတံ၊ နိဗ္ဗာနံ ပရမံ သုခံ။

အာရောဂျပရမာ လာဘာ၊ သန္တုဋ္ဌိပရမံ ဓနံ။
ဝိဿာသပရမာ ဉာတိ၊ နိဗ္ဗာနံ ပရမံ သုခံ။

ရာဂနှင့်တူသော မီးမရှိ၊ ဒေါသနှင့်တူသော အပြစ်မရှိ၊ ခန္ဓာနှင့်တူသော ဆင်းရဲဒုက္ခမရှိ၊ နိဗ္ဗာန်နှင့်တူသော ချမ်းသာမရှိ။

ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်းသည် အလွန်ကဲဆုံး အနာရောဂါမည်၏၊ ခန္ဓာငါးပါး သခ်ၤါရတရားတို့သည် အလွန်ကဲဆုံး ဆင်းရဲမည်ကုန်၏၊ နိဗ္ဗာန်သည် အလွန်ကဲဆုံး ချမ်းသာတည်း၊ ပညာရှိသည် ဤသို့ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိ၍ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မျက်မှောက်ပြု၏။

အနာရောဂါကင်းခြင်းသည် အလွန်ကဲဆုံး လာဘ်တည်း၊ ရောင့်ရဲမှုသည် အလွန်ကဲဆုံးဥစ္စာတည်း၊ ချစ်ကျွမ်းဝင်သူသည် အလွန်ကဲဆုံးဆွေမျိုးတည်း၊ နိဗ္ဗာန်သည် အလွန်ကဲဆုံးချမ်းသာတည်း။

202-204

Drinking the nourishment,
the flavor,
of seclusion & calm,
one is freed from evil, devoid
of distress,
refreshed with the nourishment
of rapture in the Dhamma.

Pavivekarasaṁ pitvā, rasaṁ upasamassa ca,
niddaro hoti nippāpo, Dhammapītirasaṁ pivaṁ.

ပဝိဝေကရသံ ပိတ္စာ၊ ရသံ ဥပသမဿ စ။
နိဒ္ဒရော ဟောတိ နိပ္ပါပေါ၊ ဓမ္မပီတိရသံ ပိဝံ။

တရားဟူသော နှစ်သိမ့်မှု ပီတိအရသာကို သောက်ရသူသည် ဆိတ်ငြိမ်ရာဌ်ရသော တရားအရသာကို လည်းကောင်း၊ ကိလေသာအပူငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်၏ အရသာကိုလည်းကောင်း သောက်ရသောကြောင့် ပူပန်မှုကင်း၏၊ မကောင်းမှုမှလည်းကင်း၏။

205

It's good to see Noble Ones.
Happy their company—always.
Through not seeing fools
constantly, constantly
one would be happy.

For, living with a fool,
one grieves a long time.
Painful is communion with fools,
as with an enemy—
always.
Happy is communion
with the enlightened,

as with a gathering of kin.

So:
the enlightened man—
discerning, learned,
enduring, dutiful, noble,
intelligent, a man of integrity:
follow him
—one of this sort—
as the moon, the path
of the zodiac stars.

Sāhu dassanam-ariyānaṁ, sannivāso sadā sukho,
adassanena bālānaṁ niccam-eva sukhī siyā.

Bālasaṅgatacārī hi dīgham-addhāna' socati,
dukkho bālehi saṁvāso amitteneva sabbadā,
dhīro ca sukhasaṁvāso ñātīnaṁ va samāgamo.

tasmā hi,
dhīrañ-ca paññañ-ca bahussutañ-ca,
dhorayhasīlaṁ vatavantam-ariyaṁ –
taṁ tādisaṁ sappurisaṁ sumedhaṁ
bhajetha nakkhattapathaṁ va candimā.

သာဟု ဒဿနမရိယာနံ၊ သန္နိဝါသော သဒါ သုခေါ။
အဒဿနေန ဗာလာနံ၊ နိစ္စမေဝ သုခီ သိယာ။

ဗာလသင်္ဂတစာရီ ဟိ၊ ဒီဃမဒ္ဓါန သောစတိ။
ဒုက္ခော ဗာလေဟိ သံဝါသော၊ အမိတ္တေနေဝ သဗ္ဗဒါ။
ဓီရော စ သုခသံဝါသော၊ ဉာတီနံဝ သမာဂမော။

တသ္မာ ဟိ- ဓီရဉ္စ ပညဉ္စ ဗဟုဿုတဉ္စ၊ ဓောရယှသီလံ ဝတဝန္တမရိယံ။
တံ တာဒိသံ သပ္ပုရိသံ သုမေဓံ၊ ဘဇေထ နက္ခတ္တပထံဝ စန္ဒိမာ။

သူတော်ကောင်းတို့ကို တွေ့မြင်ရခြင်းသည်ကောင်း၏၊ သူတော်ကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းဖော်ရခြင်းသည် အခါခပ်သိမ်း ချမ်းသာ၏၊ လူမိုက်တို့ကို မတွေ့မမြင်ရခြင်းသည် အမြဲပင် ချမ်းသာ၏။

သူမိုက်နှင့်ပေါင်းဖော်၍ လှည့်လည်သောသူသည် ကာလကြာမြင့်စွာ စိုးရိမ်ရ၏၊ လူမိုက်တို့နှင့် အတူနေရခြင်းသည် ရန်သူနှင့် အတူနေရသကဲ့သို့ အခါခပ်သိမ်း ဆင်းရဲရ၏၊ ပညာရှိနှင့် အတူတကွနေရခြင်းသည် ဆွေမျိုးတို့နှင့် အတူတကွ နေထိုင်ရသကဲ့သို့ ချမ်းသာ၏။

ထို့ကြောင့်သာလျှင် တည်ကြည်လည်းတည်ကြည်သော ပညာလည်းရှိသော အကြားအမြင်လည်းများသော မဂ်ဖိုလ်ဟူသောဝန်ကိုလည်း ဆောင်လေ့ရှိသော သီလ ခုတင် ဖြူစင်သော အကျင့်လည်းရှိသော မြတ်သော ထိုသို့ သဘောရှိသော ပညာရှိသူတော်ကောင်းကို လမင်းသည် နက္ခတ်တို့သွားရာလမ်းခရီးကို ချဉ်းကပ်သကဲ့သို့ မှီဝဲ ဆည်းကပ်ရာ၏။

206-208

XVI : Piyavaggo
Dear Ones

Having applied himself
to what was not his own task,
and not having applied himself
to what was,
having disregarded the goal
to grasp at what he held dear,
he now envies those
who kept after themselves,
  took themselves
    to task.

Ayoge yuñjam-attānaṁ, yogasmiñ-ca ayojayaṁ,
atthaṁ hitvā piyaggāhī, pihetattānuyoginaṁ.

အယောဂေ ယုဉ္ဇမတ္တာနံ၊ ယောဂသ္မိဉ္စ အယောဇယံ။
အတ္ထံ ဟိတ္ဝာ ပိယဂ္ဂါဟီ၊ ပိဟေတတ္တာနုယောဂိနံ။

မိမိကိုယ်ကို အားမထုတ်သင့်ရာ၌ အားထုတ်လျက် အားထုတ်သင့်ရာ၌ အားမထုတ်ဘဲ အကျိုးစီးပွားကို စွန့်လွှတ်၍ ချစ်ဖွယ်အာရုံ ကာမဂုဏ်ကို စွဲလမ်းသူသည် ကိုယ်တိုင်အားထုတ် သူတို့၏ အကျိုးစီးပွားကို ငါရမူကား ကောင်းလေစွတဟု လိုလားတောင့်တ၏။

209*

Don't ever—regardless—
be conjoined with what's dear
  or undear.
It's painful
not to see what's dear
or to see what's not.

So don't make anything dear,
for it's dreadful to be far
from what's dear.
No bonds are found
for those for whom
there's neither dear
nor undear.

Mā piyehi samāgañchī appiyehi kudācanaṁ,
piyānaṁ adassanaṁ dukkhaṁ, appiyānañ-ca dassanaṁ.

Tasmā piyaṁ na kayirātha, piyāpāyo hi pāpako.
Ganthā tesaṁ na vijjanti yesaṁ natthi piyāppiyaṁ.

မာ ပိယေဟိ သမာဂဉ္ဆ၊အပ္ပိယေဟိ ကုဒါစနံ။
ပိယာနံ အဒဿနံ ဒုက္ခံ၊ အပ္ပိယာနဉ္စ ဒဿနံ။

တသ္မာ ပိယံ န ကယိရာထ၊ ပိယာပါယော ဟိ ပါပကော။
ဂန္ထာ တေသံ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊ ယေသံ နတ္ထိ ပိယာပိယံ။

ချစ်သောသူတို့နှင့်လည်း မပေါင်းဖော်လင့်၊ မုန်းသောသူတို့နှင့်လည်း တစ်ခါတစ်ရံမျှ မပေါင်းဖော်ပါလင့်၊
ချစ်သောသူတို့ကိုလည်း မမြင်ရခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏၊ မုန်းသောသူတို့ကို မြင်ရခြင်းသည်လည်း ဆင်းရဲ၏။

ထို့ကြောင့် လူကိုဖြစ်စေ ပစ္စည်းဥစ္စာကိုဖြစ်စေ ချစ်ခင်စွဲလမ်းခြင်းကို မပြုရာ၊ ချစ်ခင် စွဲလမ်းဖွယ်ရာတို့နှင့်
ကွေကွင်းရခြင်းသည် မကောင်းသည်သာတည်း၊ ချစ်ခြင်းမုန်းခြင်း မရှိသော သူတို့အား အနှောင်အဖွဲ့ ဂန္ထတို့
မရှိကြကုန်။

210-211

From what's dear is born grief,
from what's dear is born fear.
For one freed from what's dear
there's no grief
—so how fear?

From what's loved is born grief,
from what's loved is born fear.
For one freed from what's loved
there's no grief
—so how fear?

From delight is born grief,
from delight is born fear.
For one freed from delight

there's no grief
—so how fear?

From sensuality is born grief,
from sensuality is born fear.
For one freed from sensuality
there's no grief
—so how fear?

From craving is born grief,
from craving is born fear.
For one freed from craving
there's no grief
—so how fear?

Piyato jāyatī soko, piyato jāyatī bhayaṁ,
piyato vippamuttassa natthi soko, kuto bhayaṁ?

Pemato jāyatī soko, pemato jāyatī bhayaṁ,
pemato vippamuttassa natthi soko, kuto bhayaṁ?

Ratiyā jāyatī soko, ratiyā jāyatī bhayaṁ,
ratiyā vippamuttassa natthi soko, kuto bhayaṁ?

Kāmato jāyatī soko, kāmato jāyatī bhayaṁ,
kāmato vippamuttassa natthi soko, kuto bhayaṁ?

Taṇhāya jāyatī soko, taṇhāya jāyatī bhayaṁ,
taṇhāya vippamuttassa natthi soko, kuto bhayaṁ?

ပိယတော ဇာယတီ သောကော၊ ပိယတော ဇာယတီ ဘယံ။
ပိယတော ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

ပေမတော ဇာယတီ သောကော၊ ပေမတော ဇာယတီ ဘယံ။
ပေမတော ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

ရတိယာ ဇာယတီ သောကော၊ ရတိယာ ဇာယတီ ဘယံ။
ရတိယာ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

ကာမတော ဇာယတီ သောကော၊ ကာမတော ဇာယတီ ဘယံ။
ကာမတော ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

တဏှာယ ဇာယတီ သောကော၊ တဏှာယ ဇာယတီ ဘယံ။
တဏှာယ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

ချစ်ခင်မှုကြောင့် စိုးရိမ်မှုဖြစ်ရ၏၊ ချစ်ခင်မှုကြောင့် ကြောက်ရွံ့မှု ဖြစ်ရ၏၊ ချစ်ခင်မှုမှ ကင်းလွတ်သောသူအား အဘယ်မှာ စိုးရိမ်မှု ကြောက်ရွံ့မှု ရှိတော့အံ့နည်း။

မြတ်နိုးမှုကြောင့် စိုးရိမ်မှုဖြစ်ရ၏၊ မြတ်နိုးမှုကြောင့် ကြောက်ရွံ့မှု ဖြစ်ရ၏၊ မြတ်နိုးမှုမှ ကင်းလွတ်သောသူအား အဘယ်မှာ စိုးရိမ်မှု ကြောက်ရွံ့မှု ရှိတော့အံ့နည်း။

မွေ့လျော်မှုကြောင့် စိုးရိမ်မှုဖြစ်ရ၏၊ မွေ့လျော်မှုကြောင့် ကြောက်ရွံ့မှုဖြစ်ရ၏၊ မွေ့လျော်မှုမှ ကင်းလွတ် သောသူအား အဘယ်မှာ စိုးရိမ်မှု ကြောက်ရွံ့မှု ရှိတော့အံ့နည်း။

ကာမကြောင့် စိုးရိမ်မှုဖြစ်ရ၏၊ ကာမကြောင့် ကြောက်ရွံ့မှုဖြစ်ရ၏၊ ကာမမှ ကင်းလွတ်သောသူအား အဘယ်မှာ စိုးရိမ်မှု ကြောက်ရွံ့မှု ရှိတော့အံ့နည်း။

တဏှာကြောင့် စိုးရိမ်မှုဖြစ်ရ၏၊ တဏှာကြောင့် ကြောက်ရွံ့မှုဖြစ်ရ၏၊ တဏှာမှ ကင်းလွတ်သောသူအား အဘယ်မှာ စိုးရိမ်မှု ကြောက်ရွံ့မှု ရှိတော့အံ့နည်း။

212-216

One consummate in virtue & vision,
judicious,
speaking the truth,
doing his own task:
the world holds him dear.

Siladassanasampannaṁ, dhammaṭṭhaṁ saccavedinaṁ,
attano kamma' kubbānaṁ, taṁ jano kurute piyaṁ.

သီလဒဿနသမ္ပန္နံ၊ ဓမ္မဋ္ဌံ သစ္စဝေဒိနံ။
အတ္တနော ကမ္မ ကုဗ္ဗာနံ၊ တံ ဇနော ကုရုတေ ပိယံ။

သီလနှင့်လည်းပြည့်စုံ ဉာဏ်အမြင်နှင့်လည်းပြည့်စုံ၍ တရား၌တည်ကာ အမှန်တရားကိုလည်း သိတတ်သော မိမိပြုဖွယ် အမှုကိစ္စကိုလည်းပြုတတ်သူကို လူအပေါင်းသည် ချစ်မြတ်နိုး၏။

217

If
you've given birth to a wish
for what can't be expressed,
are suffused with heart,
your mind not enmeshed
in sensual passions:
you're said to be
in the up-flowing stream.

Chandajāto anakkhāte, manasā ca phuṭo siyā,
kāmesu ca appaṭibaddhacitto, ‘uddhaṁsoto’ ti vuccati.

ဆန္ဒဇာတော အနက္ခာတေ၊ မနသာ စ ဖုဋ္ဌော သိယာ။
ကာမေသု စ အပ္ပဋိဗဒ္ဓစိတ္တော၊ ဥဒ္ဓံသောတောတိ ဝုစ္စတိ။

နိဗ္ဗာန်ကို အားကြီးစွာ လိုလားသည်ဖြစ်၍ စိတ်ဖြင့်တွေ့ထိကာ ကာမဘုံတို၌ကပ်ငြိစိတ် မရှိသူကို အထက်အကနိဋ္ဌာဘုံသို့ အစဉ်အတိုင်း သွားမည့်သူဟု ဆိုအပ်၏။

218*

A man long absent
comes home safe from afar.
His kin, his friends, his companions,
delight in his return.

In just the same way,
when you’ve done good
& gone from this world
to the world beyond,
your good deeds receive you—
as kin, someone dear
come home.

Cirappavāsiṁ purisaṁ dūrato sotthim-āgataṁ,
ñātimittā suhajjā ca abhinandanti āgataṁ.

Tatheva katapuññam-pi asmā lokā paraṁ gataṁ,
puññāni paṭigaṇhanti piyaṁ ñātīva āgataṁ.

စိရပ္ပဝါသိံ ပုရိသံ၊ ဒူရတော သောတ္ထိမာဂတံ။
ဉာတိမိတ္တာ သုဟဇ္ဇော စ၊ အဘိနန္ဒန္တိ အာဂတံ။

တထေဝ ကတပုညမ္ပိ၊ အသ္မာ လောကာ ပရံ ဂတံ။
ပုညာနိ ပဋိဂဏှန္တိ၊ ပိယံ ဉာတီဝ အာဂတံ။

ကြာမြင့်စွာကွဲကွာ၍ ရပ်ဝေးမှ ချမ်းသာစွာ ပြန်ရောက်လာသူကိုမြင်၍ ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေ ချစ်ကျွမ်းဝင်သူတို့သည် ပြန်လာပြီဟု နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ကုန်၏။

ထိုနည်းတူစွာလျှင် ဤပစ္စုပ္ပန်ဘဝမှ တမလွန်ဘဝသို့သွားသော ပြုပြီးသောကောင်းမှု ရှိသူကိုလည်း ဆွေမျိုးတို့သည် ပြန်ရောက်လာသောချစ်သူကို ကြိုဆိုကြသကဲ့သို့ ကောင်းမှုတို့သည် ကြိုဆိုကြကုန်၏။

219-220*

XVII : Kodhavaggo
Anger

Abandon anger,
be done with conceit,
get beyond every fetter.
When for name & form
you have no attachment
—have nothing at all—
no sufferings, no stresses, invade.

Kodhaṁ jahe, vippajaheyya mānaṁ,
saṁyojanaṁ sabbam-atikkameyya,
taṁ nāmarūpasmiṁ asajjamānaṁ,
akiñcanaṁ nānupatanti dukkhā.

ကောဓံ ဇဟေ ဝိပ္ပဇဟေယျ မာနံ၊ သံယောဇနံ သဗ္ဗမတိက္ကမေယျ။
တံ နာမရူပသ္မိမသဇ္ဇမာနံ၊ အကိဉ္စနံ နာနုပတန္တိ ဒုက္ခာ။

အမျက်ဒေါသကို စွန့်ရာ၏၊ မာနကို ပယ်ရာ၏၊ သံယောဇဉ်မှန်သမျှကို ကျော်လွန်ရာ၏၊ နာမ်ရူပ်၌ မငြိတွယ်
မကြောင့်ကြသူထံသို့ ဆင်းရဲဒုက္ခတို့သည် မကျရောက်ကုန်။

221

When anger arises,
whoever keeps firm control
as if with a racing chariot:
him
I call a master charioteer.
Anyone else,
a rein-holder—
that's all.

Yo ve uppatitaṁ kodhaṁ rathaṁ bhantaṁ va dhāraye,
tam-ahaṁ sārathiṁ brūmi rasmiggāho itaro jano.

ယော ဝေ ဥပ္ပတိတံ ကောဓံ၊ ရထံ ဘန္တံဝ ဝါရယေ။
တမဟံ သာရထိိ ဗြူမိ၊ ရသ္မိဂ္ဂါဟော ဣတရော ဇနော။

လိမ္မာသောရထားထိန်းသည် လျင်မြန်စွာပြေးသွားသောရထားကို လမ်းမလွဲအောင် စောင့်ရှောက်နိုင်သကဲ့သို့ ဖြစ်ပေါ်လာသော အမျက်ဒေါသကို စင်စစ် တားမြစ်နိုင်သူကို လိမ္မာသော ရထားထိန်းဟူ၍ ငါဆို၏၊ ဤမှတစ်ပါး ပြကတော့ရထားထိန်းသည် ရထားကြိုးကိုင်သာမည်၏။

222

Conquer anger
with lack of anger;
bad with good;
stinginess with a gift;
a liar with truth.

Akkodhena jine kodhaṁ, asādhuṁ sādhunā jine,
jine kadariyaṁ dānena, saccenālikavādinaṁ.

အက္ကောဓေန ဇိနေ ကောဓံ၊ အသာဓုံ သာဓုနာ ဇိနေ။
ဇိနေ ကဒရိယံ ဒါနေန၊ သစ္စေနာလိကဝါဒိနံ။

အမျက်ထွက်သောသူကို မေတ္တာတရားဖြင့်အောင်ရာ၏၊ မကောင်းသော သဘောရှိသူကို ကောင်းသောသဘောဖြင့် အောင်ရာ၏၊ နှမြောဝန်တိုသောသူကို ပေးကမ်းခြင်းဖြင့် အောင်ရာ၏၊ မဟုတ်မမှန် ပြောသူကို အဟုတ်အမှန် ပြောဆိုခြင်းဖြင့် အောင်ရာ၏။

223

By telling the truth;
by not growing angry;
by giving, when asked,
no matter how little you have:
by these three things
you enter the presence of devas.

Saccaṁ bhaṇe, na kujjheyya, dajjāppasmim-pi yācito,
etehi tīhi ṭhānehi gacche devāna' santike.

သစ္စံ ဘဏေ န ကုဇ္ဈေယျ၊ ဒဇ္ဇာ အပ္ပသ္မိ ယာစိတော။

ဧတေဟိ တီဟိ ဌာနေဟိ၊ ဂစ္ဆေ ဒေဝါန သန္တိကေ။

မှန်သောစကားကို ပြောဆိုရာ၏၊ အမျက်မထွက်ရာ၊ တောင်းလာသည်ရှိသော် အနည်းငယ်မျှကိုသော်လည်း ပေးလှူရာ၏၊ ဤအကြောင်းသုံးပါးတို့ဖြင့် နတ်ပြည်သို့ရောက်ရ၏။

224

> Gentle sages,
> constantly restrained in body,
> go to the unwavering state
> where, having gone,
> there's no grief.

Ahiṁsakā ye munayo, niccaṁ kāyena saṁvutā,
te yanti accutaṁ ṭhānaṁ, yattha gantvā na socare.

အဟိံသကာ ယေ မုနယော၊ နိစ္စံ ကာယေန သံဝုတာ။
တေ ယန္တိ အစ္စုတံ ဌာနံ၊ ယတ္ထ ဂန္တွာ န သောစရေ။

သူတစ်ပါးတို့ကို မညှဉ်းဆဲတတ်၊ ကာယဒွါရစသည်တို့ဖြင့် အမြဲစောင့်စည်းတတ်ကုန်သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် စိုးရိမ်ခြင်းကင်းရာ သေခြင်းကင်းရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်အရပ်သို့ ရောက်ကြရကုန်၏။

225

> Those who always stay wakeful,
> training by day & by night,
> keen on Unbinding:
> their effluents come to an end.

Sadā jāgaramānānaṁ, ahorattānusikkhinaṁ,
Nibbānaṁ adhimuttānaṁ, atthaṁ gacchanti āsavā.

သဒါ ဇာဂရမာနာနံ၊ အဟောရတ္တာနုသိက္ခိနံ။
နိဗ္ဗာနံ အဓိမုတ္တာနံ၊ အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ အာသဝါ။

အခါခပ်သိမ်း နှိုးကြားထကြွကုန်သည်ဖြစ်၍ နေ့ည၌်ပတ်လုံး သိက္ခာသုံးပါးကို ကျင့်ကြကုန်လျက် နိဗ္ဗာန်သို့ စိတ်ညွတ်ကြသူတို့အား အာသဝေါတရားတို့ ချုပ်ငြိမ်းကွယ်ပျောက်ကြကုန်၏။

226

> This has come down from old, Atula,
> & not just from today:

they find fault with one
who sits silent,
they find fault with one
who speaks a great deal,
they find fault with one
who measures his words.
There's no one unfaulted in the world.

There never was,
will be,
nor at present is found
anyone entirely faulted
or entirely praised.

Porāṇam-etaṁ, Atula, netaṁ ajjatanām-iva:
nindanti tuṇhim-āsīnaṁ, nindanti bahubhāṇinaṁ,
mitabhāṇim-pi nindanti, natthi loke anindito.

Na cāhu na ca bhavissati, na cetarahi vijjati
ekantaṁ nindito poso, ekantaṁ vā pasaṁsito.

ပေါရာဏမေတံ အတုလ၊ နေတံ အဇ္ဇတနာမိဝ။
နိန္ဒန္တိ တုဏှိမာသီနံ၊ နိန္ဒန္တိ ဗဟုဘာဏိနံ။
မိတဘာဏိမ္ပိ နိန္ဒန္တိ၊ နတ္ထိ လောကေ အနိန္ဒိတော။

န စာဟု န စ ဘဝိဿတိ၊ န စေတရဟိ ဝိဇ္ဇတိ။
ဧကန္တံ နိန္ဒိတော ပေါသော၊ ဧကန္တံ ဝါ ပသံသိတော။

အိုအတုလ ဤကဲ့ရဲ့ခြင်းသည် ရှေးရိုးစဉ်လာပေတည်း၊ ဤကဲ့ရဲ့ခြင်းသည် ယခုမှဖြစ်သည်မဟုတ်၊ ဆိတ်ဆိတ်နေသူကိုလည်း ကဲ့ရဲ့ကုန်၏၊ များစွာပြောဟောသောသူကိုလည်း ကဲ့ရဲ့ကုန်၏၊ နှုံးချိန်၍ ပြောသောသူကိုလည်း ကဲ့ရဲ့ကုန်၏၊ လောကဌ် အကဲ့ရဲ့လွတ်သောသူမည်သည် မရှိပေ။

လုံးဝအကဲ့ရဲခံရသူ လုံးဝအချီးမွမ်းခံရသူမည်သည် ရှေးကလည်းမရှိခဲ့စဖူး၊ နောင်အခါလည်း ရှိလိမ့်မည်မဟုတ်၊ ယခုအခါဌ်လည်းမရှိ။

227-228

If knowledgeable people praise him,
having observed him
day after day
to be blameless in conduct, intelligent,
endowed with discernment & virtue:
like an ingot of gold—

who's fit to find fault with him?
Even devas praise him.
Even by Brahma he's praised.

Yañ-ce viññū pasaṁsanti, anuvicca suve suve,
acchiddavuttiṁ medhāviṁ, paññāsīlasamāhitaṁ,

nekkhaṁ jambonadasseva, ko taṁ ninditum-arahanti?
Devā pi naṁ pasaṁsanti, Brahmunā pi pasaṁsito.

ယံ စေ ဝိညူ ပသံသန္တိ၊ အနုဝိစ္စ သုဝေ သုဝေ။
အစ္ဆိဒ္ဒဝုတ္တိံ မေဓာဝိံ၊ ပညာသီလသမာဟိတံ။

နိက္ခံ ဇမ္ဗောနဒသ္သေဝ၊ ကော တံ နိန္ဒိတုမရဟတိ။
ဒေဝါပိ နံ ပသံသန္တိ၊ ဗြဟ္မုနာပိ ပသံသိတော။

မကျိုးမပြတ်သော အကျင့်ရှိသော ဖောက်ခွဲနိုင်သောပညာရှိသော ပညာဂုဏ် သီလဂုဏ် သမာဓိ
ဂုဏ်ရှိသောသူကို ပညာရှိသူတို့သည် ဟုတ်မှန်စွာသိ၍ နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း ချီးမွမ်းခဲ့ပါမူ

ဇမ္ဗူရာဇ်ရွှေစင်နိက္ခနှင့် တူသူကို အဘယ်သူသည် ကဲ့ရဲ့နိုင်ပါအံ့နည်း၊ ထိုသူကို နတ်တို့သည်လည်း ချီးမွမ်းကုန်၏၊
ဗြဟ္မာမင်းသည်လည်း ချီးမွမ်း၏။

229-230

Guard against anger
erupting in body;
in body, be restrained.
Having abandoned bodily misconduct,
live conducting yourself well
in body.

Guard against anger
erupting in speech;
in speech, be restrained.
Having abandoned verbal misconduct,
live conducting yourself well
in speech.

Guard against anger
erupting in mind;
in mind, be restrained.
Having abandoned mental misconduct,
live conducting yourself well
in mind.

Those restrained in body
—the enlightened—
restrained in speech & in mind
—enlightened—
are the ones whose restraint is secure.

Kāyappakopaṁ rakkheyya, kāyena saṁvuto siyā,
kāyaduccaritaṁ hitvā, kāyena sucaritaṁ care.

Vacīpakopaṁ rakkheyya, vācāya saṁvuto siyā,
vacīduccaritaṁ hitvā, vācāya sucaritaṁ care.

Manopakopaṁ rakkheyya, manasā saṁvuto siyā,
manoduccaritaṁ hitvā, manasā sucaritaṁ care.

Kāyena saṁvutā dhīrā, atho vācāya saṁvutā,
manasā saṁvutā dhīrā, te ve suparisaṁvutā.

ကာယပ္ပကောပံ ရက္ခေယ္ယ၊ ကာယေန သံဝုတော သိယာ။
ကာယဒုစ္စရိတံ ဟိတ္ဝာ၊ ကာယေန သုစရိတံ စရေ။

ဝစီပကောပံ ရက္ခေယ္ယ၊ ဝါစာယ သံဝုတော သိယာ။
ဝစီဒုစ္စရိတံ ဟိတ္ဝာ၊ ဝါစာယ သုစရိတံ စရေ။

မနောပကောပံ ရက္ခေယ္ယ၊ မနသာ သံဝုတော သိယာ။
မနောဒုစ္စရိတံ ဟိတ္ဝာ၊ မနသာ သုစရိတံ စရေ။

ကာယေန သံဝုတာ ဓီရာ၊ အထော ဝါစာယ သံဝုတာ။
မနသာ သံဝုတာ ဓီရာ၊ တေ ဝေ သုပရိသံဝုတာ။

ကိုယ်အမူအရာ ပျက်စီးမှု ကာယဒုစရိုက်သုံးပါးကို စောင့်ရှောက်ရာ၏ ကာယဒွါရဖြင့် ဒုစရိုက်ဝင်ရောက်လာမှုကို တားမြစ်ပိတ်ပင်ရာ၏၊ ကာယဒုစရိုက်ကိုပယ်စွန့်၍ ကာယသုစရိုက်ကို ကျင့်ရာ၏။

နှုတ်အမူအရာပျက်စီးမှု ဝစီဒုစရိုက်လေးပါးကို စောင့်ရှောက်ရာ၏၊ ဝစီဒွါရဖြင့် ဒုစရိုက် ဝင်ရောက်လာမှုကို တားမြစ်ပိတ်ပင်ရာ၏၊ ဝစီဒုစရိုက်ကိုပယ်စွန့်၍ ဝစီသုစရိုက်ကိုကျင့်ရာ၏။

စိတ်အမူအရာပျက်စီးမှု မနောဒုစရိုက်သုံးပါးကို စောင့်ရှောက်ရာ၏၊ မနောဒွါရဖြင့် ဒုစရိုက် ဝင်ရောက်လာမှုကို တားမြစ်ပိတ်ပင်ရာ၏၊ မနောဒုစရိုက်ကို ပယ်စွန့်၍ မနောသုစရိုက်ကို ကျင့်ရာ၏။

ပညာရှိသည် ကိုယ်ဖြင့်ဝင်ရောက်လာသော ဒုစရိုက်၊ နှုတ်ဖြင့်ဝင်ရောက်လာသော ဒုစရိုက်၊ စိတ်ဖြင့်ဝင်ရောက်လာသော ဒုစရိုက်တို့ကို တားမြစ်ပိတ်ပင်နိုင်ကုန်၏၊ ထိုပညာရှိတို့သည်သာ တားမြစ်ပိတ်ပင်သူတို့ မည်ကုန်၏။ 231-234*

XVIII : Malavaggo
Impurities

You are now
like a yellowed leaf.
Already
Yama's minions stand near.
You stand at the door to departure
but have yet to provide
for the journey.

Make an island for yourself!
Work quickly! Be wise!
With impurities all blown away,
unblemished,
you'll reach the divine realm
of the noble ones.

You are now
right at the end of your time.
You are headed
to Yama's presence,
with no place to rest along the way,
but have yet to provide
for the journey.

Make an island for yourself!
Work quickly! Be wise!
With impurities all blown away,
unblemished,
you won't again undergo birth
& aging.

Paṇḍupalāso va dāni 'si,

Yamapurisā pi ca taṁ upaṭṭhitā,
uyyogamukhe ca tiṭṭhasi,
pātheyyam-pi ca te na vijjati.

So karohi dīpam-attano,
khippaṁ vāyama paṇḍito bhava,
niddhantamalo, anaṅgaṇo,
dibbaṁ ariyabhūmim-ehisi.

Upanītavayo ca dāni 'si,
sampayāto 'si Yamassa santike,
vāso pi ca te natthi antarā,
pātheyyam-pi ca te na vijjati.

So karohi dīpam-attano,
khippaṁ vāyama paṇḍito bhava,
niddhantamalo anaṅgaṇo,
na punaṁ jātijaraṁ upehisi.

ပဏ္ဍုပလာသောဝ ဒါနိသိ၊ ယမပုရိသာပိ စ တေ ဥပဋ္ဌိတာ။
ဥယျောဂမုခေ စ တိဋ္ဌသိ၊ ပါထေယျမ္ပိ စ တေ န ဝိဇ္ဇတိ။

သော ကရောဟိ ဒီပမတ္တနော၊ ခိပ္ပံ ဝါယမ ပဏ္ဍိတော ဘဝ။
နိဒ္ဓန္တမလော အနင်္ဃော၊ ဒိဗ္ဗံ အရိယဘူမိံ ဥပေဟိသိ။

ဥပနီတဝယော စ ဒါနိသိ၊ သမ္ပယာတောသိ ယမဿ သန္တိကံ။
ဝါသော တေ နတ္ထိ အန္တရာ၊ ပါထေယျမ္ပိ စ တေ န ဝိဇ္ဇတိ။

သော ကရောဟိ ဒီပမတ္တနော၊ ခိပ္ပံ ဝါယမ ပဏ္ဍိတော ဘဝ။
နိဒ္ဓန္တမလော အနင်္ဃော၊ န ပုနံ ဇာတိဇရံ ဥပေဟိသိ။

ဥပါသကာ သင်သည် ယခုအခါဖျော့တော့သော ဖက်ရွက်ရော်ကဲ့သို့ဖြစ်ခဲ့ပြီ၊ သေမင်းတမန်တို့သည်လည်း သင်၏ အနီး၌ တည်ကုန်ပြီ၊ ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏အစ ဘဝအဆုံး၌လည်း တည်ခဲ့ပြီ၊ သင့်အား ဘဝတစ်ပါးသို့သွားရန် ကောင်းမှုရိက္ခာလည်း မရှိ။

ထိုသင်သည် မိမိ၏ မှိုရာကျွန်းနှင့်တူသော ကောင်းမှုကိုပြုလော့၊ လျင်စွာ အားထုတ်၍ ပညာရှိသူဖြစ်လေလော့၊ အညစ်အကြေးကိုပယ်ထုတ်၍ ကိလေသာမရှိခဲ့မူ အရိယာတို့နေရာ သုဒ္ဓါဝါသဘုံသို့ ကပ်ရောက်ရလတ္တံ့။

ဥပါသကာ သင်သည်ယခုအခါအရွယ်လွန်ချေပြီ၊ သေမင်း၏ အထံသို့ သွားချိန်ရောက်ခဲ့ပြီ၊ သင့်အား ခရီးအကြွေး၌ ရပ်နားနေရန် အခွင့်မရှိ၊ သင့်အား ဘဝတစ်ပါးသို့သွားရန် ကောင်းမှုရိက္ခာလည်း မရှိ။

ဥပါသကာ သင်သည်မိမိ၏ မှိုရာကျွန်းနှင့်တူသော ကောင်းမှုကို ပြုလော့၊ လျင်စွာအားထုတ်၍ ပညာရှိသူ ဖြစ်လေ လော့၊ အညစ်အကြေးကိုပယ်ထုတ်၍ ကိလေသာမရှိခဲ့မူ တစ်ဖန် ပဋိသန္ဓေနေခြင်း အိုခြင်းသို့ မရောက်ရတော့ လတ္တံ့။

235-238*

Just as a silver smith
step by
step,
bit by
bit,
moment to
moment,
blows away the impurities
of molten silver—
so the wise man, his own.

Anupubbena medhāvī, thokathokaṁ khaṇe khaṇe,
kammāro rajatasseva, niddhame malam-attano.

အနုပုဗ္ဗေန မေဓာဝီ၊ ထောကံ ထောကံ ခဏေ ခဏေ။
ကမ္မာရော ရဇတဿေဝ၊ နိဒ္ဓမေ မလမတ္တနော။

ပန်းတိမ်ဆရာသည် ရွှေ၏အညစ်အကြေးကို တဖြည်းဖြည်းထုတ်သကဲ့သို့ ပညာရှိသည် အစဉ်သဖြင့် မိမိ၏ အညစ်အကြေးကို အနည်းငယ်အနည်းငယ် အခွင့်ရတိုင်း ရာဂစသော အညစ်အကြေးကို ထုတ်ပယ်ရာ၏။

239

Just as rust
—iron's impurity—
eats the very iron
from which it is born,
so the deeds
of one who lives slovenly
lead him on
to a bad destination.

Ayasā va malaṁ samuṭṭhitaṁ,
taduṭṭhāya tam-eva khādati,
evaṁ atidhonacārinaṁ –
sakakammāni nayanti duggatiṁ.

အယသာဝ မလံ သမုဋ္ဌိတံ၊ တတုဋ္ဌာယ တမေဝ ခါဒတိ။
ဧဝံ အတိဓောနစာရိနံ၊ သာနိ ကမ္မာနိ နယန္တိ ဒုဂ္ဂတိံ။

သံချေးသည် သံမှပင်ဖြစ်လာ၍ သံချေးတက်ပြီးလျှင် ထိုသံကိုပင် ပြန်၍စားသကဲ့သို့၊ ဤအတူ မကောင်းမှုဌ်
လွန်ကျူး၍ကျင့်သောသူကို မိမိကျင့်ကြံမှုတို့သည် ဒုဂ္ဂတိဘဝသို့ ဆောင်ကုန်၏။

240*

No recitation: the ruinous impurity
of chants.
No initiative: of a household.
Indolence: of beauty.
Heedlessness: of a guard.

In a woman, misconduct is an impurity.
In a donor, stinginess.
Evil deeds are the real impurities
in this world & the next.

More impure than these impurities
is the ultimate impurity:
ignorance.
Having abandoned this impurity,
monks, you're impurity-free.

Asajjhāyamalā mantā, anuṭṭhānamalā gharā,
malaṁ vaṇṇassa kosajjaṁ, pamādo rakkhato malaṁ.

Malitthiyā duccaritaṁ, maccheraṁ dadato malaṁ,
malā ve pāpakā dhammā asmiṁ loke paramhi ca.

Tato malā malataraṁ, avijjā paramaṁ malaṁ,
etaṁ malaṁ pahatvāna, nimmalā hotha, bhikkhavo!

အသဇ္ဈာယမလာ မန္တာ၊ အနုဋ္ဌာနမလာ ဃရာ။
မလံ ဝဏ္ဏသ ကောသဇ္ဇံ၊ ပမာဒေါ ရက္ခတော မလံ။

မလိတ္ထိယာ ဒုစ္စရိတံ၊ မစ္ဆေရံ ဒဒတော မလံ။
မလာ ဝေ ပါပကာ ဓမ္မာ၊ အသ္မိံ လောကေ ပရမ္ဟိ စ။

တတော မလာ မလတရံ၊ အဝိဇ္ဇာ ပရမံ မလံ။
ဧတံ မလံ ပဟန္ဆာန၊ နိမ္မလာ ဟောထ ဘိက္ခဝေါ။

စာပေကျမ်းဂန် အတတ်ပညာတို့သည် မရွတ်ဖတ် မသရဇ္ဈာယ်ခြင်းလျှင် ပျက်စီးကြောင်း
အညစ်အကြေးရှိကုန်၏၊ အိမ်တို့သည် ကြောင့်ကြတစိုက် မပြုပြင်ခြင်းလျှင် ပျက်စီးကြောင်း
အညစ်အကြေးရှိကုန်၏၊ ပျင်းရိခြင်းသည် အဆင်းလှပခြင်း၏ ပျက်စီးကြောင်း အညစ်အကြေး မည်၏၊
မေ့လျော့ခြင်းသည် စောင့်ရှောက်သူ၏ ပျက်စီးကြောင်း အညစ်အကြေး မည်၏။

လင်ကိုလွန်ကျူး၍ကျင့်ခြင်းသည် မိန်းမ၏ပျက်စီးကြောင်း အညစ်အကြေး မည်၏၊ နှမြောဝန်တိုခြင်းသည်
ပေးလှူသူ၏ ပျက်စီးကြောင်း အညစ်အကြေး မည်၏၊ ယုတ်ညံ့သော အကုသိုလ်တရားတို့သည်
ဤဘဝ၌လည်းကောင်း၊ တမလွန်ဘဝ၌လည်းကောင်း ဧကန်ပျက်စီးကြောင်း အညစ်အကြေးမည်ကုန်၏၊

ထိုအညစ်အကြေးတို့ထက် အလွန်ကဲဆုံး အညစ်အကြေးကား အမှန်ကိုမသိမှု အဝိဇ္ဇာပင်တည်း၊ ရဟန်းတို့
ဤအလွန်ကဲဆုံး အဝိဇ္ဇာ အညစ်အကြေးကို သုတ်သင်၍ အညစ်အကြေး ကင်းစေကုန်လော့။

241-243

Life's easy to live
for someone unscrupulous,
cunning as a crow,
corrupt, back-biting,
forward, & brash;
but for someone who's constantly
scrupulous, cautious,
observant, sincere,
pure in his livelihood,
clean in his pursuits,
it's hard.

Sujīvaṁ ahirikena, kākasūrena dhaṁsinā,
pakkhandinā pagabbhena, saṅkiliṭṭhena jīvitaṁ.

Hirīmatā ca dujjīvaṁ, niccaṁ sucigavesinā,
alīnenāpagabbhena, suddhājīvena passatā.

သုဇီဝံ အဟိရိကေန၊ ကာကသူရေန ဓံသိနာ။
ပက္ခန္ဒိနာ ပဂဗ္ဘေန၊ သံကိလိဋ္ဌေန ဇီဝိတံ။

ဟိရီမတာ စ ဒုဇ္ဇီဝံ၊ နိစ္စံ သုစိဂဝေသိနာ။
အလီနေနာပဂဗ္ဘေန၊ သုဒ္ဓါဇီဝေန ပဿတာ။

အရှက်မရှိသူသည် ရဲတင်းသောကျီးနှင့်တူသဖြင့် လည်းကောင်း၊ သူတစ်ပါးဂုဏ်ကို ဖျက်စီးသဖြင့်လည်းကောင်း၊
သူတစ်ပါးပြုသည်ကို မိမိပြုသယောင်ဆောင်သဖြင့် လည်းကောင်း၊ ကြမ်းကြုတ်သဖြင့်လည်းကောင်း၊
ညစ်ညူးသော အကျင့်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ အသက်မွေးမှု ပြုသောကြောင့် အသက်မွေးလွယ်ကူ၏။

အရှက်ရှိသူသည် အမြဲစင်ကြယ်မှုကို ရှာသဖြင့်လည်းကောင်း၊ မတွန့်တိုသဖြင့်လည်းကောင်း၊ မကြမ်းကြုတ်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ စင်ကြယ်သော အသက်မွေးမှုဖြင့်လည်းကောင်း၊ သင့်မသင့်ကို မြော်မြင်သဖြင့်လည်းကောင်း အသက်မွေးမှုပြုသောကြောင့် အသက်မွေးမှု ခဲယဉ်း၏။

244-245

Whoever kills, lies, steals,
goes to someone else's wife,
& is addicted to intoxicants,
digs himself up
by the root
right here in this world.

So know, my good man,
that bad deeds are reckless.
Don't let greed & unrighteousness
oppress you with long-term pain.

Yo pāṇam-atipāteti, musāvādañ-ca bhāsati,
loke adinnaṁ ādiyati, paradārañ-ca gacchati,

surāmerayapānañ-ca yo naro anuyuñjati,
idhevam-eso lokasmiṁ mūlaṁ khaṇati attano.

Evaṁ bho purisa jānāhi, pāpadhammā asaññatā,
mā taṁ lobho adhammo ca ciraṁ dukkhāya randhayuṁ.

ယော ပါဏမတိပါတေတိ၊ မုသာဝါဒဉ္စ ဘာသတိ။
လောကေ အဒိန္နမာဒိယတိ၊ ပရဒါရဉ္စ ဂစ္ဆတိ။

သုရာမေရယပါနဉ္စ၊ ယော နရော အနုယုဉ္ဇတိ။
ဣဓေဝ မေသော လောကသ္မိံ၊ မူလံ ခဏတိ အတ္တနော။

ဧဝံ ဘော ပုရိသ ဇာနာဟိ၊ ပါပဓမ္မာ အသညတာ။
မာ တံ လောဘော အဓမ္မော စ၊ စိရံ ဒုက္ခာယ ရန္ဓယုံ။

လောကဥ္စ အကြင်သူသည် သူ့အသက်ကို သတ်၏၊ မဟုတ်မမှန်သော စကားကိုလည်း ပြောဆို၏၊ ပိုင်ရှင်မပေးသော သူဥစ္စာကို ခိုးယူ၏၊ သူတစ်ပါး သားမယားကိုလည်း သွားလာ၏၊

သေရည်သေရက်ကိုလည်း သောက်စား၏၊ ထိုသူသည် ဤဘဝ၌ပင်လျှင် မိမိ၏ မူလရင်း အခြေအမြစ်ကို တူးဖြိုဖျက်ဆီးသည် မည်၏။

အိုယောကျ်ား ကိုယ်စသည်ကိုစောင့်စည်းမှု ကင်းဝေးသူတို့သည် ယုတ်ညံ့သောသဘော ရှိကုန်၏ဟု သိလေလော့၊ လောဘသည် လည်းကောင်း ဒေါသသည် လည်းကောင်း သင့်ကို ကြာမြင့်စွာ ဆင်းရဲစေရန် မပြုလုပ်ပါစေလင့်။

246-248

People give
in line with their faith,
in line with conviction.
Whoever gets flustered
at food & drink given to others,
attains no concentration
by day or by night.

But one in whom this is
cut through
up- rooted
wiped out—
attains concentration
by day or by night.

Dadāti ve yathāsaddhaṁ, yathāpasādanaṁ jano,
tattha yo maṅku bhavati paresaṁ pānabhojane
na so divā vā rattiṁ vā, samādhiṁ adhigacchati.

Yassa cetaṁ samucchinnaṁ, mūlaghaccaṁ samūhataṁ,
sa ve divā vā rattiṁ vā, samādhiṁ adhigacchati.

ဒဒါတိ ဝေ ယထာသဒ္ဓံ၊ ယထာပသာဒနံ ဇနော။
တတ္ထ ယော စ မင်္ကု ဘဝတိ၊ ပရေသံ ပါနဘောဇနေ။
န သော ဒိဝါ ဝါ ရတ္တိံ ဝါ၊ သမာဓိမဓိဂစ္ဆတိ။

ယဿ စေတံ သမုစ္ဆိန္နံ၊ မူလဃစ္စံ သမူဟတံ။
သ ဝေ ဒိဝါ ဝါ ရတ္တိံ ဝါ၊ သမာဓိမဓိဂစ္ဆတိ။

လူအပေါင်းသည် တစ်စုံတစ်ယောက်အား ယုံကြည်သည့်အလျောက် ကြည်ညိုသည့်အလျောက် ပေးကမ်းလှူဒါန်း၏၊ စားဖွယ်သောက်ဖွယ်စသည်ကို သူတစ်ပါးတို့ ပေးလှူရာ၌ မျက်နှာမသာသူသည် နေ့အခါ၌ လည်းကောင်း၊ ည၌အခါ၌ လည်းကောင်း စိတ်၏ တည်ကြည်မှုကိုမရ။

အကြင်သူသည် ဤမျက်နှာမသာမှုသဘောကို အကြွင်းမဲ့ဖြတ်၏။ အမြစ်ပြတ် ပယ်နုတ်ပြီးဖြစ်၏၊ ထိုသူသည် နေ့အခါ၌လည်းကောင်း၊ ည၌အခါ၌လည်းကောင်း စိတ်၏တည်ကြည်မှုကို ဧကန်ရ၏။

249-250

There's no fire like passion,
no seizure like anger,
no snare like delusion,
no river like craving.

Natthi rāgasamo aggi, natthi dosasamo gaho,
natthi mohasamaṁ jālaṁ, natthi taṇhāsamā nadī.

နတ္ထိ ရာဂသမော အဂ္ဂိ၊ နတ္ထိ ဒေါသသမော ဂဟော။
နတ္ထိ မောဟသမံ ဇာလံ၊ နတ္ထိ တဏှာသမာ နဒီ။

ရာဂနှင့်တူသော မီးသည်မရှိ၊ ဒေါသနှင့်တူသော ဖမ်းယူတတ်သော သတ္တဝါသည်မရှိ၊ မောဟနှင့်တူသော ပိုက်ကွန်သည်မရှိ၊ တဏှာနှင့်တူသော မြစ်သည်မရှိ။

251

It's easy to see
the errors of others,
but hard to see
your own.
You winnow like chaff
the errors of others,
but conceal your own—
like a cheat, an unlucky throw.

If you focus on the errors of others,
constantly finding fault,
your effluents flourish.
You're far from their ending.

Sudassaṁ vajjam-aññesaṁ, attano pana duddasaṁ,
paresaṁ hi so vajjāni opuṇāti yathā bhusaṁ,
attano pana chādeti, kaliṁ va kitavā saṭho.

Paravajjānupassissa niccaṁ ujjhānasaññino,
āsavā tassa vaḍḍhanti, ārā so āsavakkhayā.

သုဒဿံ ဝဇ္ဇမညေသံ၊ အတ္တနော ပန ဒုဒ္ဒသံ။
ပရေသံ ဟိ သော ဝဇ္ဇာနိ၊ ဩပုနာတိ ယထာ ဘုသံ။
အတ္တနော ပန ဆာဒေတိ၊ ကလိံ ကိတဝါ သဋ္ဌော။

ပရဝဇ္ဇာနုပဿိဿ၊ နိစ္စံ ဥဇ္ဈာနသညိနော။

အာသဝါ တသ္သ ဝမ္ဘုန္တိ၊ အာရာ သော အာသဝက္ခယာ။

သူတစ်ပါးတို့၏အပြစ်ကို မြင်လွယ်၏၊ မိမိ၏အပြစ်ကိုကား မြင်နိုင်ခဲ၏၊ ထိုသူသည် ဖွဲကိုလွှင့်သကဲ့သို့ သူတစ်ပါးတို့၏ အပြစ်ကိုလွှင့်၏ စဉ်းလဲကောက်ကျစ်သော ငှက်မုဆိုးသည် ကိုယ်ကို သစ်ရွက်စသည်ဖြင့် ဖုံးလွှမ်းသကဲ့သို့ မိမိ၏ အပြစ်ကိုမူကား ဖုံးလွှမ်း၏။

သူတစ်ပါး၏ အပြစ်ကို အစဉ်ရှုလျှက် အမြဲမပြတ် ကဲ့ရဲ့တတ်သူအား အာသဝေါတရားတို့သည် တိုးပွားကုန်၏၊ ထိုသူသည် အာသဝေါကုန်ခြင်းမှ ဝေးကွာ၏။

252-253

> There's no trail in space,
> no outside contemplative.
> People are smitten
> with objectification,
> but devoid of objectification are
> the Tathagatas.
>
> There's no trail in space,
> no outside contemplative,
> no eternal fabrications,
> no wavering in the Awakened.

Ākāse va padaṁ natthi, samaṇo natthi bāhire,
papañcābhiratā pajā, nippapañcā Tathāgatā.

Ākāse va padaṁ natthi, samaṇo natthi bāhire,
saṅkhārā sassatā natthi, natthi Buddhānam-iñjitaṁ.

အာကာသေဝ ပဒံ နတ္ထိ၊ သမဏော နတ္ထိ ဗာဟိရေ။
ပပဉ္စာဘိရတာ ပဇာ၊ နိပ္ပပဉ္စာ တထာဂတာ။

အာကာသေဝပဒံ နတ္ထိ၊ သမဏော နတ္ထိ ဗာဟိရေ။
သင်္ခါရာ သဿတာ နတ္ထိ၊ နတ္ထိ ဗုဒ္ဓါနမိဉ္ဇိတံ။

ကောင်းကင်၌ ခြေရာမရှိ၊ သာသနာ့ပြင်ပ၌ မဂ်ရ ဖိုလ်ရ ရဟန်းမရှိ၊ သတ္တဝါတို့သည် သံသရာချုံထွင်တတ်သောတဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိ တရား၌ မွေ့လျော်ကုန်၏၊ ဘုရားရှင်တို့သည် သံသရာ ချုံထွင်တတ်သောတရားမှ ကင်းကုန်၏။

ကောင်းကင်၌ ခြေရာမရှိ၊ သာသနာ့ပြင်ပ၌ မဂ်ရဖိုလ်ရ ရဟန်းမရှိ၊ မြဲကုန်သောသင်္ခါရ တရားတို့သည် မရှိကုန်။ ဘုရားရှင်တို့အား တုန်လှုပ်ခြင်းမရှိ။

254-255*

XIX : Dhammaṭṭhavaggo
The Judge

To pass judgment hurriedly
doesn't mean you're a judge.
The wise one, weighing both
the right judgment & wrong,
judges others impartially—
unhurriedly, in line with the Dhamma,
guarding the Dhamma,
guarded by Dhamma,
intelligent:
he's called a judge.

Na tena hoti Dhammaṭṭho yenatthaṁ sahasā naye,
yo ca atthaṁ anatthañ-ca ubho niccheyya paṇḍito.

Asāhasena dhammena samena nayatī pare,
Dhammassa gutto medhāvī, Dhammaṭṭho ti pavuccati.

နတေန ဟောတိ ဓမ္မဋ္ဌော၊ ယေနတ္ထံ သာဟသာ နယေ။
ယော စ အတ္ထံ အနတ္ထဉ္စ၊ ဥဘော နိစ္ဆေယျ ပဏ္ဍိတော။

အသာဟသေန ဓမ္မေန၊ သမေန နယတီ ပရေ။
ဓမ္မသ ဂုတ္တော မေဓာဝီ၊ ဓမ္မဋ္ဌောတိ ပဝုစ္စတိ။

ဆုံးဖြတ်အပ်သော အမှုသဘောကို နှိုင်ထက်စီးနင်း ဆုံးဖြတ်ခြင်းကြောင့် တရား၌တည်သူ တရားသူကြီးမဟုတ်၊
ပညာရှိသည် ဟုတ်မှန်သောအကြောင်း မဟုတ်မမှန်သောအကြောင်း နှစ်ပါး စုံကို စုံစမ်းမေးမြန်း၍
ဆုံးဖြတ်ရာ၏။

မချွတ်မယွင်း တရားနှင့်အညီ သူတစ်ပါးတို့ကို နိုင်ခြင်းရှုံးခြင်းသို့ ရောက်စေသော ပညာရှိကို တရားစောင့်သော တရား၌တည်သူ တရားသူကြီးဟု ဆိုအပ်၏။

256-257*

Simply talking a lot
doesn't mean one is wise.
Whoever's secure—
no hostility,
fear—
is said to be wise.

Simply talking a lot
doesn't maintain the Dhamma.
Whoever
—although he's heard next to nothing—
sees Dhamma through his body,
is not heedless of Dhamma:
he's one who maintains the Dhamma.

Na tena paṇḍito hoti yāvatā bahu bhāsati;
khemī averī abhayo, paṇḍito ti pavuccati.

Na tāvatā Dhammadharo yāvatā bahu bhāsati,
yo ca appam-pi sutvāna, Dhammaṁ kāyena passati,
sa ve Dhammadharo hoti, yo Dhammaṁ nappamajjati.

န တေန ပဏ္ဍိတော ဟောတိ၊ ယာဝတာ ဗဟု ဘာသတိ။
ခေမီ အဝေရီ အဘယော၊ ပဏ္ဍိတောတိ ပဝုစ္စတိ။

န တာဝတာ ဓမ္မဓရော၊ ယာဝတာ ဗဟု ဘာသတိ။
ယော စ အပ္ပမ္ပိ သုတ္ဝာန၊ ဓမ္မံ ကာယေန ပဿတိ။
သ ဝေ ဓမ္မဓရော ဟောတိ၊ ယော ဓမ္မံ နပ္ပမဇ္ဇတိ။

စကားများစွာ ပြောကာမျှဖြင့် ပညာရှိမဖြစ်၊ ဘေးမရှိရန်မလာ ကြောက်ရွံ့မှုကင်းကွာသူကို ပညာရှိဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

စကားများစွာပြောကာမျှဖြင့် တရားကိုဆောင်သူမမည်၊ အကြင်သူသည် အနည်းငယ်သော တရားစကားကို ကြားရရုံမျှဖြင့်လည်း သစ္စာလေးပါးတရားကို မဂ်ဉာဏ်ဖြင့်မြင်၏၊ ထို သစ္စာလေးပါးတရား၌ မမေ့မလျော့သူသည်သာ စင်စစ် တရားဆောင်သူမည်၏။

258-259*

A head of gray hairs
doesn't mean one's an elder.
Advanced in years,
one's called an old fool.
But one in whom there is
truth, restraint,
rectitude, gentleness,
self-control—
he's called an elder,
his impurities disgorged,
enlightened.

Na tena thero hoti yenassa palitaṁ siro,
paripakko vayo tassa moghajiṇṇo ti vuccati.

Yamhi saccañ-ca Dhammo ca ahiṁsā saṁyamo damo,
sa ve vantamalo dhīro thero iti pavuccati.

နတေန ထေရော သော ဟောတိ၊ ယေနသဿ ပလိတံ သိရော။
ပရိပက္ကော ဝယော တဿ၊ မောဃဇိဏ္ဏောတိ ဝုစ္စတိ။

ယမ္ဟိ သစ္စဉ္စ ဓမ္မောစ၊ အဟိံသာ သံယမော ဒမော။
သ ဝေ ဝန္တမလော ဓီရော၊ ထေရော ဣတိ ပဝုစ္စတိ။

ထိုရဟန်း၏ ဦးခေါင်းသည်ဖွေးဖွေးဖြူ၏၊ ထိုဦးခေါင်း ဖွေးဖွေးဖြူကာမျှဖြင့် ထိုရဟန်းသည် မထေရ်မမည်၊
ထိုရဟန်း၏ အရွယ်ရင့်အိုမှုကို အကျိုးမဲ့ ရင့်အိုမှုဟုဆိုအပ်၏။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်၌ သစ္စာလည်းရှိ၏၊ တရားလည်းရှိ၏၊ ညှဉ်းဆဲမှုမရှိ၊ သီလစောင့်ခြင်း ရှိ၏၊
ဣန္ဒြေကိုလည်းဆုံးမ၏၊ ကိလေသာ ပျို့အန်ပြီးသော ထိုပညာရှိပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ မထေရ်ဟု ဆိုအပ်၏။

260-261

Not by suave conversation
or lotus-like coloring
does an envious, miserly cheat
become an exemplary man.

But one in whom this is
cut through
up- rooted
wiped out—
he's called exemplary,
his aversion disgorged,

intelligent.

Na vākkaraṇamattena vaṇṇapokkharatāya vā
sādhurūpo naro hoti, issukī maccharī saṭho;

Yassa cetaṁ samucchinnaṁ, mūlaghaccaṁ samūhataṁ,
sa vantadoso medhāvī sādhurūpo ti vuccati.

နဝါက္ကရဏမတ္တေန၊ ဝဏ္ဏပေါက္ခရတာယ ဝါ။
သာဓုရူပေါ နရော ဟောတိ၊ ကြသုကီ မစ္ဆရီ သဋ္ဌော။

ယဿ စေတံ သမုစ္ဆိန္နံ၊ မူလဃစ္စံ သမူဟတံ။
သ ဝန္တဒေါသော မေဓာဝီ၊ သာဓုရူပေါတိ ဝုစ္စတိ။

ငြူစူတတ်သော ဝန်တိုသော စဉ်းလဲတတ်သောပုဂ္ဂိုလ်သည် ကောင်းသောစကားကို ပြောတတ်ကာမျှဖြင့်
လည်းကောင်း၊ ရုပ်အဆင်း လှပကာမျှဖြင့် လည်းကောင်း ကောင်းသောသဘောရှိသည် မမည်။

အကြင်သူသည် ငြူစူခြင်း ဝန်တိုခြင်း စဉ်းလဲခြင်းဟူသော ထိုသဘောကို အကြွင်းမဲ့ဖြတ်၏၊ အမြစ်ပြတ်
ပယ်နှုတ်ပြီးဖြစ်၏၊ ကိလေသာအပြစ်ကို ထွေးအန်ပြီးသော ထိုပညာရှိကို ကောင်းသောသဘောရှိသူဟု
ဆိုအပ်၏။

262-263

A shaven head
doesn't mean a contemplative.
The liar observing no duties,
filled with greed & desire:
what kind of contemplative's he?

But whoever tunes out
the dissonance
of his evil qualities
—large or small—
in every way
by bringing evil to consonance:
he's called a contemplative.

Na muṇḍakena samaṇo, abbato alikaṁ bhaṇaṁ,
icchālobhasamāpanno, samaṇo kiṁ bhavissati?

Yo ca sameti pāpāni, aṇuṁ-thūlāni sabbaso –
samitattā hi pāpānaṁ samaṇo ti pavuccati.

န မုဏ္ဍကေန သမဏော၊ အဗ္ဗတော အလိကံ ဘဏံ။
ဣစ္ဆာလောဘသမာပန္နော၊ သမဏော ကိံ ဘဝိဿတိ။

ယော စ သမေတိ ပါပါနိ၊ အဏုံထူလာနိ သဗ္ဗသော။
သမိတတ္တာ ဟိ ပါပါနံ၊ သမဏောတိ ပဝုစ္စတိ။

ဦးပြည်းခေါင်း တုံးကာမျှဖြင့် ရဟန်းမည်သည်မဖြစ်၊ သီလအကျင့် ခုတင်အကျင့်လည်း မရှိသော ချွတ်ယွင်းသောစကားကိုလည်း ပြောတတ်သော လိုချင်မက်မောမှုနှင့် ပြည့်စုံသောသူသည် အဘယ်မှာ ရဟန်းဟုတ်နိုင်ပါအံ့နည်း။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အသေးအကြီးဖြစ်သော မကောင်းမှုတို့ကို အချင်းခပ်သိမ်း ငြိမ်းစေ၏၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို မကောင်းမှုအလုံးစုံကို ငြိမ်းစေတတ်သောကြောင့် ရဟန်းဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

264-265*

Begging from others
doesn't mean one's a monk.
As long as one follows
householders' ways,
one is no monk at all.

But whoever puts aside
both merit & evil and,
living the chaste life,
judiciously
goes through the world:
he's called a monk.

Na tena bhikkhu hoti yāvatā bhikkhate pare,
vissaṁ Dhammaṁ samādāya bhikkhu hoti na tāvatā.

Yodha puññañ-ca pāpañ-ca bāhetvā brahmacariyavā,
saṅkhāya loke carati sa ce, bhikkhū ti vuccati.

န တေန ဘိက္ခု သော ဟောတိ၊ ယာဝတာ ဘိက္ခတေ ပရေ။
ဝိဿံ ဓမ္မံ သမာဒါယ၊ ဘိက္ခု ဟောတိ န တာဝတာ။

ယောဓ ပုညဉ္စ ပါပဉ္စ၊ ဗာဟေတ္ဝာ ဗြာဟ္မစရိယဝါ။
သင်္ခါယ လောကေ စရတိ၊ သ ဝေ ဘိက္ခူတိ ဝုစ္စတိ။

သူတစ်ပါးတို့ထံ တောင်းစားကာမျှဖြင့် ရဟန်းမည်သည်မဖြစ်၊ တရားနှင့်မညီညွတ်သော အကျင့်ကိုယူ၍ ကျင့်ကာမျှဖြင့် ရဟန်းမည်သည်မဖြစ်။

ဤသာသနာတော်၌ အကြင်သူသည် မြတ်သောအကျင့်ရှိသည်ဖြစ်၍ ကောင်းမှု မကောင်းမှုကို ပယ်နုတ်လျက် ခန္ဓာငါးပါးဟူသော လောကကို ဉာဏ်ဖြင့်ဆင်ခြင်၍ ကျင့်၏၊ ထိုသူကို ရဟန်းဟု ဆိုအပ်၏။

266-267

Not by silence
does someone confused
& unknowing
turn into a sage.
But whoever—wise,
as if holding the scales,
taking the excellent—
rejects evil deeds:
he is a sage,
that's how he's a sage.
Whoever can weigh
both sides of the world:
that's how he's called
a sage.

Na monena munī hoti mūḷharūpo aviddasu,
yo ca tulaṁ va paggayha, varam-ādāya paṇḍito.

Pāpāni parivajjeti sa munī tena so muni,
yo munāti ubho loke muni tena pavuccati.

န မောနေန မုနီ ဟောတိ၊ မူဠှရူပေါ အဝိဒ္ဒသု။
ယော စ တုလံဝ ပဂ္ဂယှ၊ ဝရမာဒါယ ပဏ္ဍိတော။

ပါပါနိ ပရိဝဇ္ဇေတိ၊ သ မုနီ တေန သော မုနိ။
ယော မုနာတိ ဥဘော လောကေ၊ မုနိ တေန ပဝုစ္စတိ။

အသိပညာမရှိပါဘဲ တွေဝေသော သဘောရှိသောသူသည် ဆိတ်ဆိတ်နေကာမျှဖြင့် မုနိမမည်၊ အကြင်ပညာရှိသည် ချိန်ခွင်ကိုကိုင်၍ ချိန်စက်သကဲ့သို့ ကောင်းမှုတည်းဟူသော အမြတ်တရားကိုယူ၍ မကောင်းမှု အကုသိုလ်တရားတို့ကို ကြဉ်ရှောင်၏၊ ထို့ကြောင့် ထိုပညာ ရှိသည် မုနိမည်၏၊ အကြင်သူသည် အဋ္ဌင်္ဂဟိဒ္ဓ ခန္ဓာနှစ်ပါးတို့ကိုသိ၏၊ ထိုသူသည်လည်း မုနိ မည်၏၊ ထိုအကြောင်းနှစ်ပါးကြောင့် မုနိဟု ဆိုအပ်၏။

268-269*

Not by harming life

does one become noble.
One is termed noble
for being gentle
to all living things.

Na tena ariyo hoti yena pāṇāni hiṁsati,
ahiṁsā sabbapāṇānaṁ ariyo ti pavuccati.

န တေန အရိယော ဟောတိ၊ ယေန ပါဏာနိ ဟိံသတိ။
အဟိံသာ သဗ္ဗပါဏာနံ၊ အရိယောတိ ပဝုစ္စတိ။

အကြင့်ကြောင့် သတ္တဝါတို့ကို ညှဉ်းဆဲ၏။ ထို ညှဉ်းဆဲခြင်းကြောင့် အရိယာမဖြစ်၊ သတ္တဝါတို့ကို မညှဉ်းဆဲခြင်းကြောင့် အရိယာဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

270

Monk,
don't
on account of
your precepts & practices,
great erudition,
concentration attainments,
secluded dwelling,
or the thought, 'I touch
the renunciate ease
that run-of-the-mill people
don't know':
ever let yourself get complacent
when the ending of effluents
is still unattained.

Na sīlabbatamattena, bāhusaccena vā pana,
atha vā samādhilābhena, vivittasayanena vā,

phusāmi nekkhammasukhaṁ, aputhujjanasevitaṁ;
bhikkhu vissāsa' māpādi appatto āsavakkhayaṁ.

န သီလဗ္ဗတမတ္တေန၊ ဗာဟုသစ္စေန ဝါ ပန။
အထ ဝါ သမာဓိလာဘေန၊ ဝိဝိတ္တသယနေန ဝါ။

ဖုသာမိ နေက္ခမ္မသုခံ၊ အပုထုဇ္ဇနသေဝိတံ။
ဘိက္ခု ဝိဿာသမာပါဒိ၊ အပ္ပတ္တော အာသဝက္ခယံ။

သီလအကျင့် ရှိကာမျှဖြင့်လည်းကောင်း အကြားအမြင် များကာမျှဖြင့် လည်းကောင်း၊ တည်ကြည်မှု သမာဓိ ရကာမျှဖြင့် လည်းကောင်း၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ နေကာမျှဖြင့် လည်းကောင်း

ရဟန်းသည် အာသဝေါကုန်ခန်းသော ရဟန္တာ အဖြစ်သို့ မရောက်သေးသမျှ ပုထုဇဉ်တို့ မမှီဝဲအပ်သော အနာဂါမိဖိုလ်ချမ်းသာကို ရပေ၏ဟူ၍ သက်သာရာ ရပ်နားခြင်းသို့ မရောက်ပါစေလင့်။

271-272*

XX : Maggavaggo
The Path

Of paths, the eightfold is best.
Of truths, the four sayings.
Of qualities, dispassion.
Of two-footed beings,
the one with the eyes
to see.

Maggānaṭṭhaṅgiko seṭṭho, saccānaṁ caturo padā,
virāgo seṭṭho dhammānaṁ, dipadānañ-ca Cakkhumā.

မဂ္ဂါနဋ္ဌင်္ဂိကော သေဋ္ဌော၊ သစ္စာနံ စတုရော ပဒါ။
ဝိရာဂေါ သေဋ္ဌော ဓမ္မာနံ၊ ဒ္ဝိပဒါနဉ္စ စက္ခုမာ။

လမ်းခရီးအားလုံးတွင် အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော လမ်းခရီးမင်္ဂသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏၊ သစ္စာအားလုံးတို့တွင် အရိယသစ္စာလေးပါးသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏၊ သဘောတရားအားလုံးတို့တွင် ရာဂကင်းရာ နိဗ္ဗာန်သည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏၊ အခြေနှစ်ချောင်းရှိသော သတ္တဝါအားလုံးတို့တွင် မျက်စိငါးပါးရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

273*

Just this
is the path
—there is no other—
to purify vision.
Follow it,
and that will be Mara's
bewilderment.

Following it,

you put an end
to suffering & stress.
I have taught you this path
having known
—for your knowing—
the extraction of arrows.

It's for you to strive
ardently.
Tathagatas simply
point out the way.
Those who practice,
absorbed in jhana:
From Mara's bonds
they'll be freed.

Eso va maggo natthañño, dassanassa visuddhiyā,
etaṁ hi tumhe paṭipajjatha, Mārassetaṁ pamohanaṁ.

Etaṁ hi tumhe paṭipannā dukkhassantaṁ karissatha,
akkhāto ve mayā maggo, aññāya sallasanthanaṁ.

Tumhehi kiccaṁ ātappaṁ akkhātāro Tathāgatā,
paṭipannā pamokkhanti jhāyino Mārabandhanā.

ဧသေဝ မဂ္ဂေါ နတ္ထညော၊ ဒဿနဿ ဝိသုဒ္ဓိယာ။
ဧတဉ္ဟိ တုမ္ဟေ ပဋိပဇ္ဇထ၊ မာရဿေတံ ပမောဟနံ။

ဧတဉ္ဟိ တုမ္ဟေ ပဋိပန္နာ၊ ဒုက္ခဿန္တံ ကရိဿထ။
အက္ခာတော ဝေါ မယာ မဂ္ဂေါ၊ အညာယ သလ္လကန္တနံ။

တုမ္ဟေဟိ ကိစ္စမာတပ္ပံ၊ အက္ခာတာရော တထာဂတာ။
ပဋိပန္နာ ပမောက္ခန္တိ၊ ဈာယိနော မာရဗန္ဓနာ။

ဤအင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော လမ်းခရီးမင်္ဂသည်သာလျှင် ဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်ခြင်းအတွက် ခရီးမှန်ဖြစ်၏၊
ဤလမ်းခရီးမင်္ဂမှ တစ်ပါးသောခရီးသည် မရှိတော့ပြီ၊ ထို့ကြောင့် သင်တို့သည် ဤခရီးမှန်ကိုသာ
သွားကြကုန်လော့၊ ဤခရီးမှန်သည် မာရ်မင်းမမြင်နိုင်သော လမ်းခရီးတည်း။

သင်တို့သည် ဤမင်္ဂဟူသောလမ်းမှန်ကို သွားကြကုန်သည်ရှိသော် ဆင်းရဲအဆုံးကို ပြုရကုန်လတ္တံ့၊ ငါသည်
ရာဂစသော ဆူးငြောင့်ကင်းသောလမ်းမှန်ကို ကိုယ်တိုင်သိ၍ သင်တို့ အား မင်္ဂဟူသောလမ်းမှန်ကို
ညွှန်ကြားအပ်ပြီ။

သင်တို့သည် ကိုယ်တိုင်ပြုဖွယ်ကိစ္စကို အားထုတ်ကြကုန်လော့၊ ဘုရားရှင်တို့သည် လမ်းမှန်ကို ညွှန်ကြားရုံမျှ ဖြစ်ကုန်၏၊ ကျင့်ကြကုန်၍ ကိလေသာကို ရှိုးမြှုံက်ကြသူတို့သည်သာ မာရ်မင်း အနှောင်အဖွဲ့မှ လွတ်မြောက်နိုင်ကုန်၏။

274-276*

When you see with discernment,
'*All fabrications are inconstant*'—
you grow disenchanted with stress.
This is the path
to purity.

When you see with discernment,
'*All fabrications are stressful*'—
you grow disenchanted with stress.
This is the path
to purity.

When you see with discernment,
'*All phenomena are not-self*'—
you grow disenchanted with stress.
This is the path
to purity.

Sabbe saṅkhārā aniccā ti, yadā paññāya passati,
atha nibbindatī dukkhe – esa maggo visuddhiyā.

Sabbe saṅkhārā dukkhā ti, yadā paññāya passati,
atha nibbindatī dukkhe – esa maggo visuddhiyā.

Sabbe dhammā anattā ti, yadā paññāya passati,
atha nibbindatī dukkhe – esa maggo visuddhiyā.

သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနိစ္စာတိ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာတိ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

သဗ္ဗေ ဓမ္မာ အနတ္တာတိ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

အကြင်အခါ ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သန်ါရအားလုံးတို့သည် အမြဲမရှိကုန်ဟု ဝိပဿနာပညာဖြင့် ရှုမြင်နိုင်၏၊ ထိုအခါ ရုပ်နာမ်ဓမ္မသန်ါရဟူသော ဒုက္ခ၌ ငြီးငွေ့၏။ ဤငြီးငွေ့ခြင်းသည် ကိလေသာ စင်ကြယ်ရာနိဗ္ဗာန်၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

အကြင်အခါ ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သန်ါရအားလုံးတို့သည် ဆင်းရဲကုန်၏ဟု ဝိပဿနာပညာဖြင့် ရှုမြင်နိုင်၏၊ ထိုအခါ ရုပ်နာမ်ဓမ္မသန်ါရဟူသော ဒုက္ခ၌ ငြီးငွေ့၏။ ဤငြီးငွေ့ခြင်းသည် ကိလေသာ စင်ကြယ်ရာနိဗ္ဗာန်၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

အကြင်အခါ သဘာဝတရားအားလုံးတို့သည် အတ္တ မဟုတ်ကုန်ဟု ဝိပဿနာပညာဖြင့် ရှုမြင်နိုင်၏၊ ထိုအခါ ရုပ်နာမ်ဓမ္မသန်ါရဟူသော ဒုက္ခ၌ ငြီးငွေ့၏။ ဤငြီးငွေ့ခြင်းသည် ကိလေသာ စင်ကြယ်ရာနိဗ္ဗာန်၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

277-279*

At the time for initiative
he takes no initiative.
Young, strong, but lethargic,
the resolves of his heart
exhausted,
the lazy, lethargic one
loses the path
to discernment.

Uṭṭhānakālamhi anuṭṭhahāno,
yuvā balī, ālasiyaṁ upeto,
saṁsannasaṅkappamano kusīto –
paññāya maggaṁ alaso na vindati.

ဥဋ္ဌာနကာလမှိ အနုဋ္ဌဟာနော၊ ယုဝါ ဗလီ အာလသိယံ ဥပေတော။
သံသန္နသင်္ကပ္ပမနော ကုသီတော၊ ပညာယ မဂ္ဂံ အလသော န ဝိန္ဒတိ။

ပျိုမျစ်နုထွား ခွန်အားနှင့်ပြည့်စုံပါသော်လည်း ထကြွသင့်သောအခါ၌ ထကြွမှုလုံ့လမရှိဘဲ ပျင်းရိထိုင်းမှိုင်းလျက် စိတ်အကြံဝိတက်များ၍ အလွန်ပျင်းရိသူသည် ပညာဖြင့်သာ ရယူနိုင်သော အရိယမဂ်ကို မရနိုင်။

280

Guarded in speech,
well-restrained in mind,
you should do nothing unskillful
in body.
Purify
these three courses of action.

Bring to fruition
the path that seers have proclaimed.

Vācānurakkhī manasā susaṁvuto,
kāyena ca akusalaṁ na kayirā,
ete tayo kammapathe visodhaye,
ārādhaye maggaṁ isippaveditaṁ.

ဝါစာနုရက္ခီ မနသာ သုသံဝုတော၊ ကာယေန စ နာကုသလံ ကယိရာ။
ဧတေ တယော ကမ္မပထေ ဝိသောဓယေ၊ အာရာဓယေ မဂ္ဂမိသိပ္ပဝေဒိတံ။

ဝစီဒုစရိုက်ကို ကောင်းစွာရှောင်ကြဉ်ခြင်းအားဖြင့် နှုတ်ကိုအစဉ် စောင့်ရှောက်ရာ၏၊ စိတ်ဖြင့် မနောဒုစရိုက်ကို စောင့်စည်းရာ၏၊ ကိုယ်ဖြင့်လည်း အကုသိုလ်ကိုမပြုရာ၊ ထိုကမ္မပထတရား သုံးပါးတို့ကို သုတ်သင်ပြီးလျှင် မြတ်စွာဘုရားဟောကြားအပ်သော မဂ်ကိုပြီးစေရာ၏။

281

From striving comes wisdom;
from not, wisdom's end.
Knowing these two courses
—to development,
decline—
conduct yourself
so that wisdom will grow.

Yogā ve jāyatī bhūri, ayogā bhūrisaṅkhayo,
etaṁ dvedhāpathaṁ ñatvā bhavāya vibhavāya ca,
tathattānaṁ niveseyya yathā bhūri pavaḍḍhati.

ယောဂါ ဝေ ဇာယတီ ဘူရိ၊ အယောဂါ ဘူရိသင်္ခယော။
ဧတံ ဒ္ဝေဓာပထံ ဉတ္ဝာ၊ ဘဝါယ ဝိဘဝါယ စ။
တထာတ္တာနံ နိဝေသေယျ၊ ယထာ ဘူရိ ပဝဍ္ဎတိ။

ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၌ အားထုတ်မှုလုံ့လကြောင့် ပညာဖြစ်ပွား၏၊ အားထုတ်မှု လုံ့လမရှိခြင်း ကြောင့် ပညာကုန်ခန်း၏၊ ပညာဖြစ်ပွားခြင်း ပညာဆုတ်ယုတ်ခြင်း၏ ဤခရီးလမ်းနှစ်သွယ်ကို သိ၍ အကြင်လမ်းဖြင့် ပညာတိုးပွား၏၊ ထိုလမ်းဖြင့် မိမိကိုယ်ကို သိမ်းသွင်းရာ၏။

282

Cut down
the forest of desire,

not the forest of trees.
From the forest of desire
come danger & fear.
Having cut down this forest
& its underbrush, monks,
be deforested.

For as long as the least
bit of underbrush
of a man for women
is not cleared away,
the heart is fixated
like a suckling calf
on its mother.

Crush
your sense of self-allure
like an autumn lily
in the hand.
Nurture only the path to peace
—Unbinding—
as taught by the One Well Gone.

Vanaṁ chindatha mā rukkhaṁ, vanato jāyatī bhayaṁ,
chetvā vanañ-ca vanathañ-ca, nibbanā hotha bhikkhavo.

Yāva hi vanatho na chijjati
aṇumatto pi narassa nārisu,
paṭibaddhamano va tāva so,
vaccho khīrapako va mātari.

Ucchinda sineham-attano,
kumudaṁ sāradikaṁ va pāṇinā,
santimaggam-eva brūhaya
Nibbānaṁ Sugatena desitaṁ.

ဝနံ ဆိန္ဒထ မာ ရုက္ခံ၊ ဝနတော ဇာယတေ ဘယံ။
ဆေတ္ဝာ ဝနဉ္စ ဝနထဉ္စ၊ နိဗ္ဗနာ ဟောထ ဘိက္ခဝေါ။

ယာဝ ဟိ ဝနထော န ဆိဇ္ဇတိ၊ အဏုမတ္တောပိ နရဿ နာရိသု။
ပဋိဗဒ္ဓမနောဝ တာဝ သော၊ ဝစ္ဆော ခီရပကောဝ မာတရိ။

ဥစ္ဆိန္ဒ သိနေဟမတ္တနော၊ ကုမုဒံ သာရဒိကံဝ ပါဏိနာ။
သန္တိမဂ္ဂမေဝ ဗြူဟယ၊ နိဗ္ဗာနံ သုဂတေန ဒေသိတံ။

ရဟန်းတို့ တဏှာတည်းဟူသောတောကို ခုတ်ဖြတ် ကြကုန်လော့၊ ပြကတေ့သစ်ပင်ကို မခုတ်ဖြတ်ကုန်လင့်၊ တဏှာဟူသောတောကြောင့် ဇာတိစသောဘေး ဖြစ်၏၊ တဏှာဟူသော တောကြီးတောငယ်ကို ခုတ်ဖြတ်၍ တဏှာဟူသောတောမှ ထွက်မြောက်ကြကုန်လော့။

နို့မခွဲသေးသော နွားငယ်သည် အမိနွားမသို့ ကပ်သကဲ့သို့ ယောကျ်ားအား မိန်းမတို့၌ အနည်းငယ်မျှသော ကိလေသာတော မပြတ်သေးသမျှ ထိုယောကျ်ားသည် ကပ်ငြိသောစိတ်ရှိသည် ဖြစ်၍သာလျှင် သံသရာသို့ ကပ်ရောက်၏။

တန်ဆောင်မုန်းလရာသီ၌ လရောင်ကြောင့်ပွင့်သော ကုမုဒြာကြာပန်းကို လက်ဖြင့်ဖြတ်သကဲ့သို့ မိမိ၏ချစ်ခြင်းတဏှာကို ဖြတ်လော့၊ မြတ်စွာဘုရားသည် နိဗ္ဗာန်ကိုသာ ဟောတော်မူအပ်၏၊ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်း အင်္ဂဂိကမဂ် တရားကိုသာလျှင် ပွားများလေလော့။

283-285*

‘Here I’ll stay for the rains.
Here, for the summer & winter.’
So imagines the fool,
unaware of obstructions.

That drunk-on-his-sons-&-cattle man,
all tangled up in the mind:
death sweeps him away—
as a great flood,
a village asleep.

There are no sons
to give shelter,
no father,
no family
for one seized by the Ender,
no shelter among kin.

Realizing
this force of reasoning,
the wise man, restrained by virtue,
should make the path pure
—right away—
that goes all the way to Unbinding.

“Idha vassaṁ vasissāmi, idha hemantagimhisu”,
iti bālo vicinteti, antarāyaṁ na bujjhati.

Taṁ puttapasusammattaṁ byāsattamanasaṁ naraṁ,

suttaṁ gāmaṁ mahogho va maccu ādāya gacchati.

Na santi puttā tāṇāya, na pitā na pi bandhavā,
Antakenādhipannassa natthi ñātisu tāṇatā.

Etam-atthavasaṁ ñatvā, paṇḍito sīlasaṁvuto,
Nibbānagamanaṁ maggaṁ khippam-eva visodhaye.

ကြဓ ဝဿံ ဝသိဿာမိ၊ ကြဓ ဟေမန္တဂိမှိသု။
ကြတိ ဗာလော ဝိစိန္တေတိ၊ အန္တရာယံ န ပုဗ္ဗတိ။

တံ ပုတ္တပသုသမ္မတ္တံ၊ ဗျာသတ္တမနသံ နရံ။
သုတ္တံ ဂါမံ မဟောဃော၀၊ မစ္စု အာဒါယ ဂစ္ဆတိ။

န သန္တိ ပုတ္တာ တာဏာယ၊ န ပိတာ နာပိ ဗန္ဓ၀ါ။
အန္တကေနာဓိပန္နဿ၊ နတ္ထိ ဉာတီသု တာဏတာ။

ဧတမတ္ထ၀သံ ဉတ္ဝာ၊ ပဏ္ဍိတော သီလသံဝုတော။
နိဗ္ဗာနဂမနံ မဂ္ဂံ၊ ခိပ္ပမေ၀ ဝိသောဓယေ။

ဤအရပ်၌ မိုးအခါပတ်လုံးငါနေမည်၊ ဤအရပ်၌ ဆောင်းအခါ နွေအခါတို့ပတ်လုံး ငါနေမည်ဟု လူမိုက်သည် အထူးထူးအထွေထွေ ကြံစည်၏၊ ဘယ်အခါ ဘယ်အရပ်မှာ ငါသေမည်ဟု မိမိ၏ အသက်အန္တရာယ်ကိုမူကား ထိုသူ မသိရှာလေ။

သားသမီး ကျွဲနွားဥစ္စာတို့ဖြင့် ယစ်မူးမေ့လျော့လျက် ကာမဂုဏ်တို့၌ မရသေးသည်ကို တောင့်တရပြီးသည်ကို တွယ်တာကပ်ငြိသည့် စိတ်ရှိသောသူကို ကြီးစွာသော ရေအလျဉ်သည် အိပ်ပျော်နေသောရွာကို လွှမ်းမိုးတိုက်ယူသွားသကဲ့သို့ သေမင်းသည် သိမ်းယူသွား၏။

သေမင်းနှိပ်စက်ခံရသူအား သေမင်းမှ စောင့်ရှောက်ရန်အတွက် သားသမီးတို့ မရှိကုန်၊ အမိအဖတို့လည်း မရှိကုန်၊ အဆွေခင်ပွန်းတို့လည်း မရှိကုန်၊ ဆွေမျိုးတို့တွင် စောင့်ရှောက်နိုင်မည့် သူလည်းမရှိ။

ဤအကြောင်းထူးကိုသိ၍ ပညာရှိသည် သီလကိုစောင့်စည်းလျက် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အင်္ဂဂိကမဂ်ကို လျင်စွာသာလျှင် သုတ်သင်ရာ၏။

286-289*

XXI : Pakiṇṇakavaggo
Miscellany

If, by forsaking
a limited ease,
he would see
an abundance of ease,
the enlightened man
would forsake
the limited ease
for the sake
of the abundant.

Mattāsukhapariccāgā, passe ce vipulaṁ sukhaṁ,
caje mattāsukhaṁ dhīro, sampassaṁ vipulaṁ sukhaṁ.

မတ္တာသုခပရိစ္စာဂါ၊ ပဿေ စေ ဝိပုလံ သုခံ။
စဇေ မတ္တာသုခံ ဓီရော၊ သမ္ပဿံ ဝိပုလံ သုခံ။

အနည်းငယ်သော ချမ်းသာကို စွန့်လွှတ်ခြင်းကြောင့် ကြီးကျယ်ပြန့်ပြောသောချမ်းသာကို ရလိမ့်မည်ဟု မြင်ခဲ့မူ
ကြီးကျယ်ပြန့်ပြောသော ချမ်းသာကိုမြင်သော ပညာရှိသည် အနည်းငယ်သောချမ်းသာကို စွန့်လွှတ်ရာ၏။

290

He wants his own ease
by giving others dis-ease.
Intertwined in the inter-
action of hostility,
from hostility
he's not set free.

Paradukkhūpadānena attano sukham-icchati,

verasaṁsaggasaṁsaṭṭho, verā so na parimuccati.

ပရဒုက္ခုပဓာနေန၊ အတ္တနော သုခမိစ္ဆတိ။
ဝေရသံသဂ္ဂသံသဋ္ဌော၊ ဝေရော သော န ပရိမုစ္စတိ။

သူတစ်ပါးအား ဆင်းရဲကိုဖြစ်စေလျက် မိမိ၏ချမ်းသာကို အလိုရှိသူသည် ရန်ကိုရန်ချင်း ရောနှောသောအားဖြင့် ရောနှောခြင်း ဖြစ်ရကား ရန်မှမလွတ်နိုင်။

291

In those who
reject what should,
& do what shouldn't be done
—heedless, insolent—
effluents grow.

But for those who
are well-applied, constantly,
to mindfulness immersed in the body;
don't indulge
in what shouldn't be done;
& persist
in what should
—mindful, alert—
effluents come to an end.

Yaṁ hi kiccaṁ tad-apaviddhaṁ, akiccaṁ pana kayirati,
unnalānaṁ pamattānaṁ, tesaṁ vaḍḍhanti āsavā.

Yesañ-ca susamāraddhā niccaṁ kāyagatā sati
akiccaṁ te na sevanti, kicce sātaccakārino,
satānaṁ sampajānānaṁ, atthaṁ gacchanti āsavā.

ယံ ဟိ ကိစ္စံ အပဝိဒ္ဓံ၊ အကိစ္စံ ပန ကရီယတိ။
ဥန္နဠာနံ ပမတ္တာနံ၊ တေသံ ဝဍ္ဎန္တိ အာသဝါ။

ယေသဉ္စ သုသမာရဒ္ဓါ၊ နိစ္စံ ကာယဂတာ သတိ။
အကိစ္စံ တေ န သေဝန္တိ၊ ကိစ္စေ သာတစ္စကာရိနော။
သတာနံ သမ္ပဇာနာနံ၊ အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ အာသဝါ။

ပြုသင့်ပြုထိုက်သောအမှုကို မပြုလုပ်ဘဲစွန့်ပစ်၍ မပြုသင့် မပြုထိုက်သော အမှုကိုမူကား ပြုလုပ်ကာ မာန ထောင်လွှားလျက် မေ့လျော့သူတို့အား အာသဝေါတရားတို့ တိုးပွားကုန်၏။

အကြင်သူတို့ကား ကာယဂတာသတိကို အမြဲကောင်းစွာ အားထုတ်ကြကုန်၏၊ ထိုသူတို့သည် မပြုသင့်မပြုထိုက်သောအမှုကိုမပြု မမှီဝဲကုန်၊ ပြုသင့်ပြုထိုက်သောအမှုဌ မပြတ်ပြုလုပ်ကြကုန်၏။ သတိရှိသူကောင်းစွာ အပြားအားဖြင့်သိမှု သမ္မဇဉ်ဉာဏ်ရှိသူတို့အား အာသဝေါတရားတို့ ချုပ်ခြင်းသို့ရောက်ကုန်၏။

292-293*

Having killed mother & father,
two warrior kings,
the kingdom & its dependency—
the brahman, untroubled, travels on.

Having killed mother & father,
two learned kings,
&, fifth, a tiger—
the brahman, untroubled, travels on.

Mātaraṁ pitaraṁ hantvā, rājāno dve ca khattiye,
raṭṭhaṁ sānucaraṁ hantvā, anīgho yāti brāhmaṇo.

Mātaraṁ pitaraṁ hantvā, rājāno dve ca sotthiye,
veyyagghapañcamaṁ hantvā, anīgho yāti brāhmaṇo.

မာတရံ ပိတရံ ဟန္ထွာ၊ ရာဇာနော ဒွေ စ ခတ္တိယေ။
ရဋ္ဌံ သာနုစရံ ဟန္ထွာ၊ အနီဃော ယာတိ ဗြာဟ္မဏော။

မာတရံ ပိတရံ ဟန္ထွာ၊ ရာဇာနော ဒွေ စ သောတ္ထိယေ။
ဝေယ္ဃဂ္ဃပဉ္စမံ ဟန္ထွာ၊ အနီဃော ယာတိ ဗြာဟ္မဏော။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် တဏှာတည်းဟူသော အမိကို လည်းကောင်း၊ မာနတည်းဟူသော အဖကို လည်းကောင်း၊ သတ်ပြီးလျှင် သဿတဒိဋ္ဌိတည်းဟူသော ရေမြေအရှင် ဘုရင်မင်းမြတ်နှစ်ပါးတို့ကို လည်းကောင်း၊ နန္ဒိရာဂတည်းဟူသော အခွန်သိမ်း အမတ်နှင့်တကွ အာယတန တစ်ဆယ့်နှစ်ပါးတည်းဟူသော တိုင်းပြည်ကို လည်းကောင်း သတ်ခြင်းကြောင့် ဆင်းရဲကင်းလျက်သွားရ၏။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် တဏှာတည်းဟူသော အမိကို လည်းကောင်း၊ မာနတည်းဟူသော အဖကို လည်းကောင်း၊ သတ်ပြီးလျှင် သဿတဒိဋ္ဌိတည်းဟူသော မင်းပုဏ္ဏားနှစ်ပါးတို့ကို လည်းကောင်း သတ်သောကြောင့် ကျားရဲရှိသောခရီးနှင့်တူသော ဝိစိကိစ္ဆာလျှင် ငါးခုမြောက် နီဝရဏ အတားအဆီးကို ပယ်ဖျက်ကာ ဆင်းရဲကင်းလျက်သွားရ၏။

294-295*

They awaken, always wide awake:
Gotama's disciples

whose mindfulness, both day & night,
is constantly immersed
in the Buddha.

They awaken, always wide awake:
Gotama's disciples
whose mindfulness, both day & night,
is constantly immersed
in the Dhamma.

They awaken, always wide awake:
Gotama's disciples
whose mindfulness, both day & night,
is constantly immersed
in the Sangha.

They awaken, always wide awake:
Gotama's disciples
whose mindfulness, both day & night,
is constantly immersed
in the body.

They awaken, always wide awake:
Gotama's disciples
whose hearts delight, both day & night,
in harmlessness.

They awaken, always wide awake:
Gotama's disciples
whose hearts delight, both day & night,
in developing the mind.

Suppabuddhaṁ pabujjhanti sadā Gotamasāvakā,
yesaṁ divā ca ratto ca niccaṁ Buddhagatā sati.

Suppabuddhaṁ pabujjhanti sadā Gotamasāvakā,
yesaṁ divā ca ratto ca niccaṁ Dhammagatā sati.

Suppabuddhaṁ pabujjhanti sadā Gotamasāvakā,
yesaṁ divā ca ratto ca niccaṁ Saṅghagatā sati.

Suppabuddhaṁ pabujjhanti sadā Gotamasāvakā,
yesaṁ divā ca ratto ca niccaṁ kāyagatā sati.

Suppabuddhaṁ pabujjhanti sadā Gotamasāvakā,
yesaṁ divā ca ratto ca ahiṁsāya rato mano.

Suppabuddhaṁ pabujjhanti sadā Gotamasāvakā

yesaṁ divā ca ratto ca bhāvanāya rato mano.

သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဒ္ဓန္တိ၊ သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ နိစ္စံ ဗုဒ္ဓဂတာ သတိ။

သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဒ္ဓန္တိ၊ သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ နိစ္စံ ဓမ္မဂတာ သတိ။

သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဒ္ဓန္တိ၊ သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ နိစ္စံ သံဃဂတာ သတိ။

သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဒ္ဓန္တိ၊ သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ နိစ္စံ ကာယဂတာ သတိ။

သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဒ္ဓန္တိ၊ သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ အဟိံသာယ ရတော မနော။

သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဒ္ဓန္တိ၊ သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ ဘာဝနာယ ရတော မနော။

နေ့ရောညဥ့်ပါ အမြဲမပြတ် ဘုရားဂုဏ်ကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော သတိရှိသူ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း ကောင်းစွာနိုးကြားသောအားဖြင့် နိုးကြားရကုန်၏။

နေ့ရောညဥ့်ပါ အမြဲမပြတ် တရားဂုဏ်ကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော သတိရှိသူ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း ကောင်းစွာနိုးကြားသောအားဖြင့် နိုးကြားရကုန်၏။

နေ့ရောညဥ့်ပါ အမြဲမပြတ် သံဃာဂုဏ်ကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော သတိရှိသူ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း ကောင်းစွာနိုးကြားသောအားဖြင့် နိုးကြားရကုန်၏။

နေ့ရောညဥ့်ပါ အမြဲမပြတ် သုံးဆယ့်နှစ်ကောဋ္ဌာသကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော သတိရှိသူ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း ကောင်းစွာနိုးကြားသောအားဖြင့် နိုးကြားရကုန်၏။

နေ့ရောညဥ့်ပါ မည်ဉ်းဆဲမှု ကရုဏာဘာဝနာ၌ မွေ့လျော်စိတ်ရှိသူ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း ကောင်းစွာနိုးကြားသောအားဖြင့် နိုးကြားရကုန်၏။

နေ့ရောညဥ့်ပါ မေတ္တာဘာဝနာ၌ မွေ့လျော်စိတ်ရှိသူ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း ကောင်းစွာနိုးကြားသောအားဖြင့် နိုးကြားရကုန်၏။

296-301*

Hard is the life gone forth,
hard to delight in.

Hard is the miserable
householder's life.
It's painful to stay with dissonant people,
painful to travel the road.
So be neither traveler
nor pained.

Duppabbajjaṁ durabhiramaṁ, durāvāsā gharā dukhā,
dukkhosamānasaṁvāso, dukkhānupatitaddhagū,
tasmā na caddhagū siyā, na ca dukkhānupatito siyā.

ဒုပ္ပဗ္ဗဇ္ဇံ ဒုရဘိရမံ၊ ဒုရာဝါသာ ဃရာ ဒုခါ။
ဒုက္ခောသမာနသံဝါသော၊ ဒုက္ခာနုပတိတဒ္ဓဂူ။
တသ္မာ န စဒ္ဓဂူ သိယာ၊ န စ ဒုက္ခာနုပတိတော သိယာ။

စည်းစိမ်ဥစ္စာကို စွန့်လွှတ်၍ ရဟန်းပြုနိုင်ခဲ၏၊ သူတော်အကျင့်၌ မွေ့လျော်နိုင်ခဲ၏၊ အိမ်၌ မပြည့်မစုံ နေရခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏၊ သဘောမတူသူတို့နှင့် နေရခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏၊ သံသရာ ခရီးသွားရခြင်းသည် ဆင်းရဲသို့ ကျတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် သံသရာခရီးသွား မဖြစ်ရာ၊ ဆင်းရဲသို့ ကျရောက်သူ မဖြစ်ရာ။

302

The man of conviction
endowed with virtue,
glory, & wealth:
wherever he goes
he is honored.

Saddho sīlena sampanno yasobhogasamappito,
yaṁ yaṁ padesaṁ bhajati, tattha tattheva pūjito.

သဒ္ဓေါ သီလေန သမ္ပန္နော၊ ယသောဘောဂသမပ္ပိတော။
ယံ ယံ ပဒေသံ ဘဇတိ၊ တတ္ထ တတ္ထေဝ ပူဇိတော။

သဒ္ဓါတရားလည်းရှိ သီလလည်းပြည့်စုံ အခြံအရံ စည်းစိမ်ဥစ္စာနှင့်လည်း ပြည့်စုံသူသည် ရောက်လေရာရာ အရပ်တို၌ အပူဇော်ခံရ၏။

303*

The good shine from afar
like the snowy Himalayas.
The bad don't appear
even when near,

like arrows shot into the night.

Dūre santo pakāsenti, himavanto va pabbato,
asantettha na dissanti, rattiṁ khittā yathā sarā.

ဒူရေ သန္တော ပကာသေန္တိ၊ ဟိမဝန္တော၀ ပဗ္ဗတော။
အသန္တေတ္ထ န ဒိဿန္တိ၊ ရတ္တိံ ခိတ္တာ ယထာ သရာ။

ဟိမဝန္တာတောင်သည် အဝေး၌တည်သော်လည်း ထင်ရှားသကဲ့သို့ သူတော်ကောင်းတို့သည် အဝေး၌ပင်
နေသော်လည်း ထင်ရှားကုန်၏၊ ညဉ့်အခါ ပစ်လိုက်သည့် မြားတို့သည် မထင်ရှားကုန်သကဲ့သို့
သူယုတ်မာတို့သည် အနီး၌ ရှိနေကြကုန်သော်လည်း မထင်ရှားကုန်။

304

Sitting alone,
resting alone,
walking alone,
untiring.
Taming himself,
he'd delight alone—
alone in the forest.

Ekāsanaṁ ekaseyyaṁ, eko caram-atandito,
eko damayam-attānaṁ vanante ramito siyā.

ဧကာသနံ ဧကသေယ္ယံ၊ ဧကော စရမတန္ဒိတော။
ဧကော ဒမယမတ္တာနံ၊ ဝနန္တေ ရမိတော သိယာ။

မပျင်းမရိမူ၍ တစ်ယောက်တည်းနေ တစ်ယောက်တည်းအိပ် တစ်ယောက်တည်း လှည့်လည် သွားလာလျက်
မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမပြီးလျှင် တစ်ယောက်တည်း တောင်၌ မွေ့လျော်ရာ၏။

305

XXII : Nirayavaggo
Hell

He goes to hell,
the one who asserts
what didn't take place,
as does the one
who, having done,
says, 'I didn't.'
Both—low-acting people—
there become equal:
after death, in the world beyond.

Abhūtavādī nirayaṁ upeti,
yo vāpi katvā 'Na karomī' ti cāha,
ubho pi te pecca samā bhavanti
nihīnakammā manujā parattha.

အဘူတဝါဒီ နိရယံ ဥပေတိ၊ ယော ဝါပိ ကတွာ န ကရောမိစာဟ။
ဥဘောပိ တေ ပေစ္စ သမာ ဘဝန္တိ၊ နိဟီနကမ္မာ မနုဇာ ပရတ္ထ။

မဟုတ်မမှန် ပြောဆိုသူသည်လည်း ငရဲသို့ရောက်ရ၏၊ မိမိပြုလုပ်လျက် မပြုလုပ်ဟု ပြောဆိုသူသည်လည်း ငရဲသို့ရောက်ရ၏၊ ထိုသူနှစ်ယောက်တို့သည်လည်း ယုတ်သောအမှု ရှိကုန်သည်ဖြစ် ၍ နောင်တမလွန်ဘဝ၌ ငရဲခံရခြင်း တူကုန်၏။

306

An ochre robe tied 'round their necks,
many with evil qualities
—unrestrained, evil—
rearise, because of their evil acts,
in hell.

Better to eat an iron ball
—glowing, aflame—
than that, unprincipled &
unrestrained,
you should eat the alms of the country.

Kāsāvakaṇṭhā bahavo pāpadhammā asaññatā,
pāpā pāpehi kammehi nirayaṁ te upapajjare.

Seyyo ayoguḷo bhutto tatto, aggisikhūpamo,
yañ-ce bhuñjeyya dussīlo raṭṭhapiṇḍaṁ asaññato.

ကာသာဝကဏ္ဌာ ဗလဝေါ၊ ပါပဓမ္မာ အသညတာ။
ပါပါ ပါပေဟိ ကမ္မေဟိ၊ နိရယံ တေ ဥပပဇ္ဇရေ။

သေယျော အယောဂုဠော ဘုတ္တော၊ တတ္တော အဂ္ဂိသိခူပမော။
ယေ၌ ဘုဉ္ဇေယျ ဒုဿီလော၊ ရဋ္ဌပိဏ္ဍမသညတော။

ယုတ်မာသော သဘောရှိကုန်သည်ဖြစ်၍ ကိုယ်နှုတ်နှလုံးကို မစောင့်စည်းကုန်သော သင်္ကန်းကို လည်ပင်း၌ပတ်ကြကုန်သော များစွာသော ထိုသူယုတ်မာတို့သည် ယုတ်မာသော မကောင်းမှုတို့ကြောင့် ငရဲသို့ ကျရောက်ရကုန်၏။

သီလလည်းမရှိ ကိုယ် နှုတ် နှလုံးကိုလည်း မစောင့်စည်းဘဲ တိုင်းသူပြည်သားတို့ သဒ္ဓါကြည်ဖြူ ပေးလှူအပ် သောဆွမ်းကို စားရခြင်းထက် မီးလျှံကဲ့သို့ ပူလောင်သော သံတွေခဲကို စားရခြင်းက သာ၍ကောင်းမြတ်သေး၏။

307-308

Four things befall the heedless man
who lies down with the wife of another:
a wealth of demerit;
a lack of good sleep;
third, censure;
fourth, hell.

A wealth of demerit, an evil destination,
& the brief delight of a
fearful man with a
fearful woman,
& the king inflicts a harsh punishment.
So
no man should lie down
with the wife of another.

Cattāri ṭhānāni naro pamatto,
āpajjatī paradārūpasevī:
apuññalābhaṁ, nanikāmaseyyaṁ,
nindaṁ tatīyaṁ, nirayaṁ catutthaṁ.

Apuññalābho ca gatī ca pāpikā,
bhītassa bhītāya ratī ca thokikā,
rājā ca daṇḍaṁ garukaṁ paṇeti,
tasmā naro paradāraṁ na seve.

စတ္တာရိ ဌာနာနိ နရော ပမတ္တော၊ အာပဇ္ဇတိ ပရဒါရူပသေဝီ။
အပုညလာဘံ န နိကာမသေယ္ယံ၊ နိန္ဒံ တတီယံ နိရယံ စတုတ္ထံ။

အပုညလာဘော စ ဂတိ စ ပါပိကာ၊ ဘီတဿ ဘီတာယ ရတိ စ ထောကိကာ။
ရာဇာ စ ဒဏ္ဍံ ဂရုကံ ပဏေတိ၊ တသ္မာ နရော ပရဒါရံ န သေဝေ။

တရားလမ်းမှန် သတိမထားဘဲ သူတစ်ပါးသားမယားကို မှီဝဲသူသည် အကုသိုလ်ရခြင်း၊ အလိုရှိတိုင်း
ချမ်းသာစွာမအိပ်ရခြင်း၊ သူတစ်ပါးတို့ အကဲ့ရဲ့ခံရခြင်း၊ ငရဲခံရခြင်း ဤလေးပါးသော ဆင်းရဲခြင်း၏
အကြောင်းတို့သို့ ရောက်ရ၏။

မကောင်းမှုကိုလည်းရ၏၊ ယုတ်သောလားရာဂတိလည်းရှိ၏၊ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်သော ယောကျ်ား၏
ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်သော မိန်းမနှင့် မွေ့လျော်ပျော်ပါးရခြင်းသည် အနည်းငယ်မျှသာ ဖြစ်၏၊ မင်းသည်လည်း
ကြီးလေးသော အပြစ်ဒဏ်ကိုလည်းပေး၏၊ ထို့ကြောင့်ယောကျ်ားသည် သူတစ်ပါးမယားကို မမှီဝဲရာ။

309-310

Just as sharp-bladed grass,
if wrongly held,
wounds the very hand that holds it—
the contemplative life, if wrongly grasped,
drags you down to hell.

Any slack act,
or defiled observance,
or fraudulent life of chastity
bears no great fruit.

If something's to be done,
then work at it firmly,
for a slack going-forth
kicks up all the more dust.

It's better to leave a misdeed
undone.

A misdeed burns you afterward.
Better that a good deed be done
that, after you've done it,
won't make you burn.

Kuso yathā duggahito hattham-evānukantati,
sāmaññaṁ dupparāmaṭṭhaṁ nirayāyupakaḍḍhati.

Yaṁ kiñci sithilaṁ kammaṁ saṅkiliṭṭhañ-ca yaṁ vataṁ,
saṅkassaraṁ brahmacariyaṁ na taṁ hoti mahapphalaṁ.

Kayirañ-ce kayirāthenaṁ, daḷham-enaṁ parakkame,
saṭhilo hi paribbājo bhiyyo ākirate rajaṁ.

Akataṁ dukkataṁ seyyo, pacchā tapati dukkataṁ,
katañ-ca sukataṁ seyyo, yaṁ katvā nānutappati.

ကုသော ယထာ ဒုဂ္ဂဟိတော၊ ဟတ္ထမေဝါနုကန္တတိ။
သာမညံ ဒုပ္ပရာမဋ္ဌံ၊ နိရယာယုပကဍ္ဎတိ။

ယံကိဉ္စိ သိထိလံ ကမ္မံ၊ သံကိလိဋ္ဌဉ္စ ယံ ဝတံ။
သင်္ကဿရံ ဗြဟ္မစရိယံ၊ န တံ ဟောတိ မဟပ္ဖလံ။

ကယိရာ စေ ကယိရာထေနံ၊ ဒဠှမေနံ ပရက္ကမေ။
သိထိလော ဟိ ပရိဗ္ဗာဇော၊ ဘိယ္ယော အာကိရတေ ရဇံ။

အကတံ ဒုက္ကဋံ သေယျော၊ ပစ္ဆာ တပ္ပတိ ဒုက္ကဋံ။
ကတဉ္စ သုကတံ သေယျော၊ ယံ ကတ္ဝာ နာနုတပ္ပတိ။

မကောင်းသဖြင့် ကိုင်အပ်သော သမန်းမြက်သည် ကိုင်သောလက်ကိုသာလျှင် ခွဲရှသကဲ့သို့ မကောင်းသဖြင့် ကျင့်သုံးအပ်သော ရဟန်းအဖြစ်သည် ထိုရဟန်းကိုပင် ငရဲသို့ဆွဲခေါ်၏။

လျော့ရဲစွာပြုအပ်သော အမှုကိစ္စတစ်စုံတစ်ခုသည် လည်းကောင်း၊ ညစ်နွမ်းသော အကျင့်သည် လည်းကောင်း၊ ယုံမှားတွေးတောဖွယ်ဖြစ်သော ရဟန်းအကျင့်သည် လည်းကောင်း အကျိုးမကြီးချေ။

အမှုကိစ္စကို ပြုလုပ်ခဲ့မူ ထိုအမှုကိစ္စကို တိကျစွာ ပြုလုပ်ရာ၏၊ ထိုအမှုကိစ္စကို မြဲမြံစွာအား ထုတ်ရာ၏၊ လျော့ရဲစွာပြုအပ်သော ရဟန်းအဖြစ်သည် ကိလေသာမြူကို ထပ်လောင်းကြဲဖြန့်တတ်၏။

မကောင်းမှုကို မပြုခြင်းသည်မြတ်၏၊ မကောင်းမှုသည် နောင်အခါ ပူပန်စေတတ်၏၊ ကောင်းမှုကို ပြုခြင်းသည်ကား မြတ်၏၊ ယင်းကောင်းမှုကို ပြုခြင်းကြောင့် နောင်တတစ်ဖန် မပူပန်ရ။

311-314

Like a frontier fortress,

guarded inside & out,
guard yourself.
Don't let the moment pass by.
Those for whom the moment is past
grieve, consigned to hell.

Nagaraṁ yathā paccantaṁ guttaṁ santarabāhiraṁ,
evaṁ gopetha attānaṁ, khaṇo vo mā upaccagā,
khaṇātītā hi socanti nirayamhi samappitā.

နဂရံ ယထာ ပစ္စန္တံ၊ ဂုတ္တံ သန္တရဗာဟိရံ။
ဧဝံ ဂေါပေထ အတ္တာနံ၊ ခဏော ဝေါ မာ ဥပစ္စဂါ။
ခဏာတီတာ ဟိ သောစန္တိ၊ နိရယမ္ပိ သမပ္ပိတာ။

တိုင်းပြည်အစွန်ဖြစ်သောမြို့ကို အတွင်းအပြင်နှင့်တကွ လုံခြုံစေသကဲ့သို့ ထို့အတူ မိမိကိုယ်ကို အတွင်းအပြင် လုံခြုံအောင် စောင့်ရှောက်ကုန်လော့၊ သင်တို့ကို ဘုရားပွင့်ခြင်းစသော အခွင့်အခါကောင်းသည် မလွန်ပါစေလင့်၊ အခွင့်အခါကောင်းကို လွန်သူတို့သည် ငရဲ၌ ကျရောက်ကုန်သည်ဖြစ်၍ စိုးရိမ်ကြရကုန်၏။

315

Ashamed of what's not shameful,
not ashamed of what is,
beings adopting wrong views
go to a bad destination.

Seeing danger where there is none,
& no danger where there is,
beings adopting wrong views
go to a bad destination.

Imagining error where there is none,
and no error where there is,
beings adopting wrong views
go to a bad destination.

But knowing error as error,
and non-error as non-,
beings adopting right views
go to a good
destination.

Alajjitāye lajjanti, lajjitāye na lajjare,
micchādiṭṭhisamādānā sattā gacchanti duggatiṁ.

Abhaye bhayadassino, bhaye cābhayadassino,
micchādiṭṭhisamādānā sattā gacchanti duggatiṁ.

Avajje vajjamatino, vajje cāvajjadassino,
micchādiṭṭhisamādānā sattā gacchanti duggatiṁ.

Vajjañ-ca vajjato ñatvā, avajjañ-ca avajjato,
sammādiṭṭhisamādānā sattā gacchanti suggatiṁ.

အလဇ္ဇိတာယေ လဇ္ဇန္တိ၊ လဇ္ဇိတာယေ န လဇ္ဇရေ။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊ သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ ဒုဂ္ဂတိံ။

အဘယေ ဘယဒဿိနော၊ ဘယေ စာဘယဒဿိနော။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊ သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ ဒုဂ္ဂတိံ။

အဝဇ္ဇေ ဝဇ္ဇမတိနော၊ ဝဇ္ဇေ စာဝဇ္ဇဒဿိနော။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊ သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ ဒုဂ္ဂတိံ။

ဝဇ္ဇဉ္စ ဝဇ္ဇတော ဉတ္ဝာ၊ အဝဇ္ဇဉ္စ အဝဇ္ဇတော။
သမ္မာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊ သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ သုဂ္ဂတိံ။

ရှက်ဖွယ်မဟုတ်ရာ၌ ရှက်တတ်၍ ရှက်ဖွယ်ဟုတ်ရာ၌ မရှက်တတ်ကုန်သော
မှားသောအယူရှိသော သတ္တဝါတို့သည် ဒုဂ္ဂတိဘဝသို့ ရောက်ရကုန်၏။

ကြောက်ဖွယ်မဟုတ်သည်၌ ကြောက်ဖွယ်ဟု ရှုလေ့ရှိကြကုန်၍ ကြောက်ဖွယ်ဟုတ်သည်၌ ကြောက်ဖွယ်
မဟုတ်ဟု ရှုလေ့ရှိကုန်သော မှားသောအယူရှိသော သတ္တဝါတို့သည် ဒုဂ္ဂတိဘဝသို့ ရောက်ရကုန်၏။

အပြစ်မဟုတ်သည်၌ အပြစ်ဟု အယူရှိကြကုန်၍ အပြစ်ဟုတ်သည်၌လည်း အပြစ်မဟုတ်ဟု ရှုလေ့ရှိကုန်သော
မှားသောအယူရှိသော သတ္တဝါတို့သည် ဒုဂ္ဂတိဘဝသို့ ရောက်ရကုန်၏။

အပြစ်ကိုအပြစ်ဟု အပြစ်မဟုတ်သည်ကို အပြစ်မဟုတ်ဟု သိကြကုန်သောကြောင့် ကောင်းသောအယူ
ရှိကုန်သော သတ္တဝါတို့သည် သုဂတိဘဝသို့ ရောက်ရကုန်၏။

316-319

XXIII : Nāgavaggo
Elephants

I—like an elephant in battle,
enduring an arrow shot from a bow—
will endure a false accusation,
for the mass of people
have no principles.

Ahaṁ nāgo va saṅgāme cāpāto patitaṁ saraṁ
ativākyaṁ titikkhissaṁ, dussīlo hi bahujjano.

အဟံ နာဂေါ သင်္ဂါမေ၊ စာပတော ပတိတံ သရံ။
အတိဝါကျံ တိတိက္ခိဿံ၊ ဒုဿီလော ဟိ ဗဟုဇ္ဇနော။

ဆင်ပြောင်ကြီးသည် စစ်မြေပြင်၌ လေးမှ (မိမိအပေါ်သို့)ကျရောက်လာသောမြားကို မတုန် မလှုပ်ခံသကဲ့သို့
ငါဘုရားသည် လွန်ကျူးစော်ကားသော စကားကို သည်းခံအံ့၊ လောကီဘုံသား လူအများသည်
သီလမရှိသည်သာတည်း။

320

The tamed is the one
they take into assemblies.
The tamed is the one
the king mounts.
The tamed who endures
a false accusation
is, among human beings,
the best.

Dantaṁ nayanti samitiṁ, dantaṁ rājābhirūhati,
danto seṭṭho manussesu, yotivākyaṁ titikkhati.

ဒန္တံ နယန္တိ သမိတိံ၊ ဒန္တံ ရာဇာဘိရူဟတိ။
ဒန္တော သေဋ္ဌော မနုဿေသု၊ ယောတိဝါကျံ တိတိက္ခတိ။

ယဉ်ကျေးပြီးသော ဆင်မြင်းစသည်ကိုသာ လူစုလူဝေးရှိရာ ပွဲသဘင်သို့ဆောင်ကုန်၏၊ ယဉ်ကျေးပြီးသော ဆင်မြင်းစသည်ကိုသာ မင်းသည်စီး၏၊ လွန်ကျူးစော်ကားသောစကားကို သည်းခံနိုင်သောသူသည် ယဉ်ကျေးပြီးဖြစ်၍ လူတို့တွင် အမြတ်ဆုံး ဖြစ်၏။

321

Excellent are tamed mules,
tamed thoroughbreds,
tamed horses from Sindh.
Excellent, tamed tuskers,
great elephants.
But even more excellent
are those self-tamed.

For not by these mounts could you go
to the land unreached,
as the tamed one goes
by taming, well-taming, himself.

Varam-assatarā dantā, ājānīyā ca Sindhavā,
kuñjarā ca mahānāgā, attadanto tato varaṁ.

Na hi etehi yānehi gaccheyya agataṁ disaṁ,
yathattanā sudantena, danto dantena gacchati.

ဝရမဿတရာ ဒန္တာ၊ အာဇာနီယာ စ သိန္ဓဝါ။
ကုဉ္ဇရာ စ မဟာနာဂါ၊ အတ္တဒန္တော တတော ဝရံ။

န ဟိ ဧတေဟိ ယာနေဟိ၊ ဂစ္ဆေယ္ယ အဂတံ ဒိသံ။
ယထာတ္တနာ သုဒန္တေန၊ ဒန္တော ဒန္တေန ဂစ္ဆတိ။

အဿတိုရ်မြင်းတို့သည် လည်းကောင်း၊ အာဇာနည်မြင်းတို့သည် လည်းကောင်း၊ သိန္ဓောမြင်းတို့သည် လည်းကောင်း၊ ကုဉ္ဇရမည်သော ဆင်ပြောင်ကြီးတို့သည် လည်းကောင်း ယဉ်ကျေးကုန်မှသာလျှင် မြတ်ကုန်၏၊ ကိုယ် စိတ်နှစ်ပါးကို ဆုံးမယဉ်ကျေးပြီးသူသည် ထို မြင်း ဆင်တို့ထက် လွန်မြတ်၏။

ဤပြကတော့သော ဆင်ယာဉ် မြင်းယာဉ်တို့ဖြင့် မရောက်ဖူးသေးသော နိဗ္ဗာန်အရပ်သို့ မရောက်နိုင်သည်သာတည်း၊ ဝိပဿနာအခိုက် စက္ခုစသော ဣန္ဒြေတို့ကို ဆုံးမသဖြင့်လည်းကောင်း၊ မဂ်အခိုက်

မိမိစိတ်ကို ကောင်းစွာဆုံးမသဖြင့်လည်းကောင်း ယဉ်ကျေးပြီးသူသည်သာ မရောက်ဖူးသေးသော နိဗ္ဗာန်အရပ်သို့ မုချရောက်နိုင်၏။

322-323

The tusker, Dhanapalaka,
deep in rut, is hard to control.
Bound, he won't eat a morsel:
the tusker misses
the elephant wood.

Dhanapālo nāma kuñjaro
kaṭukappabhedano dunnivārayo,
baddho kabalaṁ na bhuñjati,
sumarati nāgavanassa kuñjaro.

ဓနပါလော နာမ ကုဉ္ဇရော၊ ကဋ္ဌကဘေဒနော ဒုန္နိဝါရယော။
ဗဒ္ဓေါ ကဗဠံ န ဘုဉ္ဇတိ၊ သုမရတိ နာဂဝနဿ ကုဉ္ဇရော။

ပြင်းထန်စွာ အမုန်ယစ်၍ နှိမ်နင်းရန်ခဲယဉ်းသော ဓနပါလမည်သောဆင်သည် အဖွဲ့အချည် ခံရသဖြင့် အစားအစာကို မစားနိုင်၊ ဆင်သည် မိမိနေရာ ဂန့်ဂေါတောကိုသာ အောက်မေ့နေ၏။

324*

When torpid & over-fed,
a sleepy-head lolling about
like a stout hog, fattened on fodder:
a dullard enters the womb
over &
over again.

Middhī yadā hoti mahagghaso ca,
niddāyitā samparivattasāyī,
mahāvarāho va nivāpapuṭṭho,
punappunaṁ gabbham-upeti mando.

မိဒ္ဓီ ယဒါ ဟောတိ မဟဂ္ဃသော စ၊ နိဒ္ဒါယိတာ သမ္ပရိဝတ္တသာယီ။
မဟာဝရာဟော နိဝါပပုဋ္ဌော၊ ပုနပ္ပုနံ ဂဗ္ဘမုပေတိ မန္ဒော။

ထိုင်းမှိုင်းငိုက်မျဉ်းကာအိပ်လျက် အစားကြီးသော ဝက်ကြီးကဲ့သို့ တလူးလူး တလဲလဲ အိပ်လေ့ရှိသည့် ပညာနုံ့သူသည် (အနိစ္စ အစရှိသော လက္ခဏာတို့ကို မဆင်ခြင်နိုင်သောကြောင့်) အဖန်ဖန်တလဲလဲ အမိဝမ်း၌ ပဋိသန္ဓေနေရ၏။

325

Before, this mind went wandering
however it pleased,
wherever it wanted,
by whatever way that it liked.
Today I will hold it aptly in check—
as one wielding a goad, an elephant in rut.

Idaṁ pure cittam-acāri cārikaṁ
yenicchakaṁ yatthakāmaṁ yathāsukhaṁ,
tad-ajjahaṁ niggahessāmi yoniso,
hatthim-pabhinnaṁ viya aṅkusaggaho.

ဣဒံ ပုရေ စိတ္တမစာရိ စာရိကံ၊ ယေနိစ္ဆကံ ယတ္ထကာမံ ယထာသုခံ။
တဒဇ္ဇဟံ နိဂ္ဂဟေဿာမိ ယောနိသော၊ ဟတ္ထိပ္ပဘိန္နံ ဝိယ အင်္ကုသဂ္ဂဟော။

ဤစိတ်သည် ရှေးအခါက လိုရာအာရုံကို လိုက်စားလျက် အလိုရှိတိုင်း ကောင်းနိုးရာရာ လှည့်လည်ကျက်စား ခဲ့လေပြီ၊ ခွန်းကိုင်သော ဆင်ထိန်းသည် အမုန်ယစ်သောဆင်ကို နှိပ်ဘိ သကဲ့သို့ ငါသည် ယခုထိုစိတ်ကို အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းခြင်းဖြင့် နှိပ်ပေအံ့။

326

Delight in heedfulness.
Watch over your own mind.
Lift yourself up
from the hard-going way,
like a tusker sunk in the mud.

Appamādaratā hotha, sacittam-anurakkhatha,
duggā uddharathattānaṁ paṅke sanno va kuñjaro.

အပ္ပမာဒရတာ ဟောထ၊ သစိတ္တမနုရက္ခထ။
ဒုဂ္ဂါ ဥဒ္ဓရထတ္တာနံ၊ ပင်္ကေ သန္နောဝ ကုဉ္ဇရော။

မမ့ေမလ့ျောသော အပ့ဏာဒတရား၌ မ့ေလ့ျော်ကြကုန်လော့၊ မိမိစိတ်ကို စောင့်ရှောက်ကြကုန်လော့၊ ညွှန်၌ ကျဉ်နစ်သောဆင်သည် မိမိကိုယ်ကို ညွှန်ပျောင်းမှထုတ်သကဲ့သို့ သင်တို့သည် ကိလေသာညွှန်ပျောင်းမှ မိမိကိုယ်ကို ထုတ်နုတ်ကြကုန်လော့။

327

If you gain an astute companion—
a fellow traveler, right-living, enlightened—
overcoming all troubles,
go with him, gratified,
mindful.

If you don't gain an astute companion—
a fellow traveler, right-living, enlightened—
go alone
like a king renouncing his kingdom,
like the elephant in the Matanga wilds,
his herd.

Going alone is better.
There's no companionship with a fool.
Go alone,
doing no evil, at peace,
like the elephant in the Matanga wilds.

Sace labhetha nipakaṁ sahāyaṁ
saddhiṁcaraṁ sādhuvihāridhīraṁ,
abhibhuyya sabbāni parissayāni
careyya tenattamano satīmā.

No ce labhetha nipakaṁ sahāyaṁ
saddhiṁcaraṁ sādhuvihāridhīraṁ,
rājā va raṭṭhaṁ vijitaṁ pahāya
eko care mātaṅgaraññe va nāgo.

Ekassa caritaṁ seyyo, natthi bāle sahāyatā,
eko care na ca pāpāni kayirā,
appossukko mātaṅgaraññe va nāgo.

သစေ လဘေထ နိပကံ သဟာယံ၊ သဒ္ဓိစရံ သာဓုဝိဟာရိဓီရံ။
အဘိဘုယျ သဗ္ဗာနိ ပရိဿယာနိ၊ စရေယျ တေနတ္တမနော သတီမာ။

နော စေ လဘေထ နိပကံ သဟာယံ၊ သဒ္ဓိစရံ သာဓုဝိဟာရိဓီရံ။
ရာဇာဝ ရဋ္ဌံ ဝိဇိတံ ပဟာယ၊ ဧကော စရေ မာတင်္ဂရညေဝ နာဂေါ။

ဧကဿ စရိတံ သေယ္ယော၊ နတ္ထိ ဗာလေ သဟာယတာ။
ဧကော စရေ န စ ပါပါနိ ကယိရာ၊ အပ္ပေါဿုက္ကော မာတင်္ဂရညေဝ နာဂေါ။

ပညာရင့်၍ ကောင်းစွာနေထိုင်လေ့ရှိသော တည်ကြည်သော အတူကျင့်ဖော် ပညာရှိ အဆွေခင်ပွန်းကို အကယ်၍ရခဲ့မူ ထိုအဆွေခင်ပွန်းနှင့် အတူတကွ ဘေးရန်အားလုံးတို့ကို နှိပ်နင်းလျက် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ သတိရှိစွာ ကျင့်ရာ၏။

ပညာရင့်၍ ကောင်းစွာနေထိုင်လေ့ရှိသော တည်ကြည်သော အတူကျင့်ဖော်ပညာရှိ အဆွေခင်ပွန်းကို အကယ်၍မရခဲ့မူ၊ မင်းသည် နိုင်ပြီးသောတိုင်းပြည်ကိုစွန့်၍ ထွက်သကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ မာတင်္ဂဆင်မင်းသည် တောခွေတစ်ကောင်တည်း လှည့်လည်သကဲ့သို့ လည်းကောင်း တစ်ယောက်တည်း ကျင့်ရာ၏။

တစ်ယောက်တည်း ကျင့်ခြင်းသည် မြတ်၏၊ လူမိုက်၌ အဆွေခင်ပွန်း အဖြစ်မျိုးသည် မရှိ၊ မာတင်္ဂဆင်မင်းသည် တောခွေတစ်ကောင်တည်း ကြောင့်ကြမဲ့ လှည့်လည်သကဲ့သို့ တစ်ယောက်တည်း ကြောင့်ကြမဲ့ ကျင့်ရာ၏။ မကောင်းမှုတို့ကို မပြုရာ။

328-330*

A blessing: friends when the need arises.
A blessing: contentment with whatever there is.
Merit at the ending of life is a blessing.
A blessing: the abandoning of all suffering
& stress.

A blessing in the world: reverence to your mother.
A blessing: reverence to your father as well.
A blessing in the world: reverence to a contemplative.
A blessing: reverence for a brahman, too.

A blessing into old age is virtue.
A blessing: conviction established.
A blessing: discernment attained.
The non-doing of evil things is
a blessing.

Atthamhi jātamhi sukhā sahāyā,
tuṭṭhī sukhā yā itarītarena,
puññaṁ sukhaṁ jīvitasaṅkhayamhi,
sabbassa dukkhassa sukhaṁ pahāṇaṁ.

Sukhā matteyyatā loke, atho petteyyatā sukhā,
sukhā sāmaññatā loke, atho brahmaññatā sukhā.

Sukhaṁ yāva jarā sīlaṁ, sukhā saddhā patiṭṭhitā,
sukho paññāya paṭilābho, pāpānaṁ akaraṇaṁ sukhaṁ.

အတ္ထမ့ိ ဇာတမ့ိ သုခါ သဟာယာ၊ တုဋ္ဌိ သုခါ ယာ ဣတရီတရေန။
ပုညံ သုခံ ဇီဝိတသင်္ခယမ့ိ၊ သဗ္ဗဿ ဒုက္ခဿ သုခံ ပဟာနံ။

သုခါ မတ္တေယျတာ လောကေ၊ အထော ပေတ္တယျတာ သုခါ။
သုခါ သာမညတာ လောကေ၊ အထော ဗြဟ္မညတာ သုခါ။

သုခံ ယာဝ ဇရာ သီလံ၊ သုခါ သဒ္ဓါ ပတိဋ္ဌိတာ။
သုခေါ ပညာယ ပဋိလာဘော၊ ပါပါနံ အကရဏံ သုခံ။

အဆွေခင်ပွန်း ရှိခြင်းသည် အရေးကိစ္စ ပေါ်ပေါက်လာသောအခါ ချမ်းသာ၏၊ ရရသမျှသော ပစ္စည်းဥစ္စာဖြင့် ရောင့်ရဲခြင်းသည် ချမ်းသာ၏၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ရှိခြင်းသည် အသက်ကုန်ခါနီး၌ ချမ်းသာ၏၊ ဆင်းရဲအလုံးစုံကို ပယ်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

လောက၌ အမိကို ပြုစုလုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာကြောင်းဖြစ်၏၊ ထို့ပြင် အဖကို ပြုစုလုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာကြောင်းဖြစ်၏၊ လောက၌ ရဟန်းတို့ကို ပြုစုလုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာကြောင်းဖြစ်၏၊ ထို့ပြင် မကောင်းမှုမှ အပပြုပြီးသူ ဘုရား ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ ရဟန္တာတို့ကို ပြုစုလုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာကြောင်းဖြစ်၏။

သီလရှိခြင်းသည် အိုသည့်တိုင်အောင် ချမ်းသာ၏၊ သဒ္ဓါတရား တည်တံ့ခိုင်မြဲခြင်းသည် ချမ်းသာ၏၊ ပညာကိုရခြင်းသည် ချမ်းသာ၏၊ မကောင်းမှုကို မပြုခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

331-333

XXIV : Taṇhāvaggo
Craving

When a person lives heedlessly,
his craving grows like a creeping vine.
He runs now here
& now there,
as if looking for fruit:
a monkey in the forest.

Manujassa pamattacārino
taṇhā vaḍḍhati māluvā viya,
so palavatī hurāhuraṁ
phalam-icchaṁ va vanasmi' vānaro.

မနုဇဿ ပမတ္တစာရိနော၊ တဏှာ ဝမ္ဗတိ မာလုဝါ ဝိယ။
သော ပ္လဝတီ ဟုရာ ဟုရံ၊ ဖလမိစ္ဆံ ဝနသ္မိ ဝါနရော။

မေ့လျော့သောသတ္တဝါအား မာလောပေါက်နွယ်ကဲ့သို့ တဏှာတိုးပွား၏၊ သစ်သီးကိုအလိုရှိသောမျောက်သည် တောတွင်း၌ တစ်ပင်မှတစ်ပင် ခုန်လွှားကူးသန်းသကဲ့သို့ ထို တဏှာတိုးပွားသူသည် တစ်ဘဝမှ တစ်ဘဝသို့ ပြေးသွားရာ၏။

334

If this sticky, uncouth craving
overcomes you in the world,
your sorrows grow like wild grass
after rain.

If, in the world, you overcome
this uncouth craving, hard to escape,
sorrows roll off you,
like water beads off

a lotus.

Yaṁ esā sahatī jammī taṇhā loke visattikā,
sokā tassa pavaḍḍhanti abhivaṭṭhaṁ va bīraṇaṁ.

Yo cetaṁ sahatī jammiṁ taṇhaṁ loke duraccayaṁ,
sokā tamhā papatanti udabindu va pokkharā.

ယံ ဧသော သဟတေ ဇမ္မိ၊ တဏှာ လောကေ ဝိသတ္တိကာ။
သောကာ တသ္မာ ပဝဍ္ဎန္တိ၊ အဘိဝဋ္ဌံ ဗီရဏံ။

ယော စေတံ သဟတေ ဇမ္မိံ၊ တဏှံ လောကေ ဒုရစ္စယံ။
သောကာ တမှာ ပပတန္တိ၊ ဥဒဗိန္ဒုဝ ပေါက္ခရာ။

ပြိတ်မြက်သည် မိုးရွာသောအခါ ကြီးပွားသကဲ့သို့ လောက၌ ကပ်ငြိတွယ်တာ၍ ယုတ်မာသော ဤတဏှာ ညဉ်းဆဲခံရသူအား စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမ္မတို့သည် ကြီးပွားကုန်၏။

ရေပေါက်သည် ကြာရွက်မှ လျောကျသကဲ့သို့ လောက၌ လွန်ဆန်နိုင်ခဲသော ယုတ်မာသော ထိုတဏှာကို ညဉ်းဆဲနိုင်ခဲ့မူ ထိုပဂ္ဂိုလ်သဏ္ဌာန်မှ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမ္မတို့သည် လျောကျကုန်၏။

335-336

To all of you gathered here
I say: Good fortune.
Dig up craving
—as when seeking medicinal roots, wild grass—
by the root.
Don't let Mara cut you down
—as a raging river, a reed—
over & over again.

Taṁ vo vadāmi: "Bhaddaṁ vo yāvantettha samāgatā",
taṇhāya mūlaṁ khaṇatha, usīrattho va bīraṇaṁ,
mā vo naḷaṁ va soto va Māro bhañji punappunaṁ.

တံ ဝေါ ဝဒါမိ ဘဒ္ဒံ ဝေါ၊ ယာဝန္တေတ္ထ သမာဂတာ။
တဏှာယ မူလံ ခဏထ၊ ဥသီရတ္ထော ဝ ဗီရဏံ။
မာ ဝေါ နဠံ ဝေါတောဝ၊ မာရော ဘဉ္ဇိ ပုနပ္ပုနံ။

ထို့ကြောင့် ဤအရပ်၌ အညီအညွတ် စည်းဝေးလာကြကုန်သော သင်တို့အား ငါသည် ကောင်းသောစကားကို ဟောအံ့၊ ပန်းရင်းခေါ်သောပြိတ်မြက်၏အမြစ်ကို အလိုရှိသူသည် ပြိတ်မြက်ပင်ကို တူးရသကဲ့သို့ နိဗ္ဗာန်ကို

အလိုရှိသူသည် တဏှာ၏ အမြစ်အရင်းကိုတူးပစ်ကြကုန်လော့၊ ရေအလျင်သည် ကျူပင်ကို ဖျက်ဆီးသကဲ့သို့ ကိလေသာမာရ်သည် သင်တို့ကို အဖန်တလဲလဲ မဖျက်ဆီးစေလင့်။

337*

If its root remains
undamaged & strong,
a tree, even if cut,
will grow back.
So too if craving-obsession
is not rooted out,
this suffering returns
again
&
again.

Yathā pi mūle anupaddave daḷhe
chinno pi rukkho, punar-eva rūhati,
evam-pi taṇhānusaye anūhate
nibbattatī dukkham-idaṁ punappunaṁ.

ယထာပိ မူလေ အနုပဒ္ဒေဝ ဒဠှေ၊ ဆိန္နောပိ ရုက္ခော ပုနရေဝ ရူဟတိ။
ဧဝမ္ပိ တဏှာနုသယေ အနူဟတေ၊ နိဗ္ဗတ္တတီ ဒုက္ခမိဒံ ပုနပ္ပုနံ။

ရေသောက်မြစ်ကို မဖျက်ဆီးဘဲ မနုတ်ဘဲ ပင်စည်ကိုဖြတ်သော်လည်း သစ်ပင်သည် တစ်ဖန် ပေါက်ရောက်စည်ကားပြန်သကဲ့သို့ ဤအတူ ကိန်းအောင်းနေသော တဏှာကို မဖျက်ဆီးအပ်သေးသည်ရှိသော် ဤပဋိသန္ဓေနေရခြင်းစသော ဆင်းရဲသည် အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ဖြစ်ရ၏။

338

He whose 36 streams,
flowing to what is appealing, are strong:
the currents—resolves based on passion—
carry him, of base views, away.

They flow every which way, the streams,
but the sprouted creeper stays
in place.
Now, seeing that the creeper's arisen,
cut through its root
with discernment.

Yassa chattiṁsatī sotā manāpassavanā bhusā,

vāhā vahanti duddiṭṭhiṁ saṅkappā rāganissitā.

Savanti sabbadhī sotā, latā ubbhijja tiṭṭhati,
tañ-ca disvā lataṁ jātaṁ mūlaṁ paññāya chindatha.

ယဿ ဆတ္တိံသတိ သောတာ၊ မနာပသဝနာ ဘုသာ။
မဟာ ဝဟန္တိ ဒုဒ္ဒိဋ္ဌိ၊ သင်္ကပ္ပါ ရာဂနိဿိတာ။

သဝန္တိ သဗ္ဗဓိ သောတာ၊ လတာ ဥပ္ပဇ္ဇ တိဋ္ဌတိ။
တဉ္စ ဒိသွာ လတံ ဇာတံ၊ မူလံ ပညာယ ဆိန္ဒထ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား ပြင်းပြင်းထန်ထန် နှစ်သက်ဖွယ်အာရုံတို့သို့ စီးကုန်သော သုံးဆယ့်ခြောက်ပါးသော တဏှာရေအလျဉ်တို့သည် ရှိကုန်၏၊ မှားသောအယူရှိသော ထိုသူတို့ကို ရာဂနှင့်စပ်သော အားကြီးသော အကြံအစည်တို့သည် ဆောင်ယူသွားကုန်၏။

တဏှာတည်းဟူသော ရေအလျဉ်တို့သည် အလုံးစုံသော အာရုံတို့၌ ယိုစီးကုန်၏၊ တဏှာတည်းဟူသော နွယ်သည် ဒွါရခြောက်ပါး၌ဖြစ်၍ အာရုံခြောက်ပါး၌တည်၏၊ ထိုတဏှာတည်းဟူသောနွယ်ကို မြင်၍ ထိုတဏှာနွယ်မြစ်ကို မဂ်ပညာဖြင့် ဖြတ်ကြကုန်လော့။

339-340*

> Loosened & oiled
> are the joys of a person.
> People, bound by enticement,
> looking for ease:
> to birth & aging they go.

Saritāni sinehitāni ca
somanassāni bhavanti jantuno,
te sātasitā sukhesino,
te ve jātijarūpagā narā.

သရိတာနိ သိနေဟိတာနိ စ၊ သောမနဿာနိ ဘဝန္တိ ဇန္တုနော။
တေ သာတသိတာ သုခေသိနော၊ တေ ဝေ ဇာတိဇရူပဂါ နရာ။

သတ္တဝါတို့အား အောက်မေ့ခြင်း ချစ်ခြင်း ဝမ်းမြောက်ခြင်းတို့သည် ဖြစ်ကုန်၏၊ ထိုသူတို့သည် သာယာဖွယ်၌မှီကုန်လျက် ကာမချမ်းသာကို ရှာမှီးကုန်သည်ဖြစ်၍ ပဋိသန္ဓေနေခြင်း အိုခြင်းသို့ မုချကပ်ရောက်ကြရကုန်၏။

341*

> Encircled with craving,
> people hop round & around

like a rabbit caught in a snare.
Tied with fetters & bonds
they go on to suffering,
again & again, for long.

Encircled with craving,
people hop round & around
like a rabbit caught in a snare.
So a monk
should dispel craving,
should aspire to dispassion
for himself.

Tasiṇāya purakkhatā pajā
parisappanti saso va bādhito,
saṁyojanasaṅgasattakā
dukkham-upenti punappunaṁ cirāya.

Tasiṇāya purakkhatā pajā
parisappanti saso va bādhito,
tasmā tasiṇaṁ vinodaye –
bhikkhu ākaṅkha' virāgam-attano.

တသိဏာယ ပုရက္ခတာ ပဇာ၊ ပရိသပ္ပန္တိ သသောဝ ဗဒ္ဓိတော။
သံယောဇနသင်္ဂသတ္တကာ၊ ဒုက္ခမုပေန္တိ ပုနပ္ပုနံ စိရာယ။

တသိဏာယ ပုရက္ခတာ ပဇာ၊ ပရိသပ္ပန္တိ သသောဝ ဗဒ္ဓိတော။
တသ္မာ တသိဏံ ဝိနောဒယေ၊ အာကင်္ခ၌ ဝိရာဂမတ္တနော။

တဏှာဖြင့် ဝန်းဝိုင်းခြံရံအပ်ကုန်သော သတ္တဝါတို့သည် မုဆိုးကျော့ကွင်း၌မိသော ယုန်ကဲ့သို့ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်နေကြရကုန်၏၊ ကာမရာဂစသော သံယောဇဉ်အစေးဖြင့် ကပ်ငြိကုန်သောသူတို့သည် အဖန်တလဲလဲ ပဋိသန္ဓေနေခြင်း စသော ဆင်းရဲကို ကပ်ရောက်ကြကုန်၏။

တဏှာဖြင့် ဝန်းဝိုင်းခြံရံအပ်ကုန်သော သတ္တဝါတို့သည် မုဆိုးကျော့ကွင်း၌မိသော ယုန်ကဲ့သို့ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်နေကြရကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် ရာဂကင်းခြင်းကို တောင့်တသောသူသည် တဏှာကို ပယ်ဖျောက်ရာ၏။

342-343*

Cleared of the underbrush
but obsessed with the forest,
set free from the forest,
right back to the forest he runs.
Come, see the person set free

who runs right back to the same old chains!

Yo nibbanatho vanādhimutto,
vanamutto vanam-eva dhāvati,
taṁ puggalam-etha passatha,
mutto bandhanam-eva dhāvati.

ယော နိဗ္ဗနထော ဝနာဓိမုတ္တော၊ ဝနမုတ္တော ဝနမေဝ ဓာဝတိ။
တံ ပုဂ္ဂလမေထ ပဿထ၊ မုတ္တော ဗန္ဓနမေဝ ဓာဝတိ။

အကြင်သူသည် လူ့အဖြစ်၌နေခြင်းဟူသော တောကိုစွန့်၍ အကျင့်တည်းဟူသောတောသို့ သက်ဝင်ခဲ့၏။
အိမ်ရာထောင်မှု တဏှာတောမှ လွတ်ပြီးလျက် အိမ်ရာထောင်မှု တဏှာတောသို့ပင် ပြေးဝင်ပြန်၏၊
လာကြကုန်လော့၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ရှုကြကုန်လော့၊ အိမ်ရာထောင်မှု အနှောင်အဖွဲ့မှလွတ်ပြီးလျက် အိမ်ရာထောင်မှု
အနှောင်အဖွဲ့သို့သာလျှင် ပြေးဝင်၏။

344

That's not a strong bond
—so say the enlightened—
the one made of iron, of wood, or of grass.
To be smitten, enthralled,
with jewels & ornaments,
longing for children & wives:
that's the strong bond,
—so say the enlightened—
one that's constraining,
elastic,
hard to untie.
But having cut it, they
—the enlightened—go forth,
free of longing, abandoning
sensual ease.

Those smitten with passion
fall back
into a self-made stream,
like a spider snared in its web.
But, having cut it, the enlightened set forth,
free of longing, abandoning
all suffering & stress.

Na taṁ daḷhaṁ bandhanam-āhu dhīrā,

yad-āyasaṁ dārujaṁ pabbajañ-ca,
sārattarattā maṇikuṇḍalesu
puttesu dāresu ca yā apekhā –

etaṁ daḷhaṁ bandhanam-āhu dhīrā,
ohārinaṁ sithilaṁ, duppamuñcaṁ,
etam-pi chetvāna paribbajanti
anapekkhino, kāmasukhaṁ pahāya.

Ye rāgarattānupatanti sotaṁ
sayaṁkataṁ makkaṭako va jālaṁ,
etam-pi chetvāna vajanti dhīrā,
anapekkhino sabbadukkhaṁ pahāya.

နံ တံ ဒဠှံ ဗန္ဓနမာဟု ဓီရာ၊ ယဒါယသံ ဒါရုဇပဗ္ဗဇ္ဇဉ္စ။
သာရတ္တရတ္တာ မဏိကုဏ္ဍလေသု၊ ပုတ္တေသု ဒါရေသု စ ယာ အပေက္ခာ။

ဧတံ ဒဠှံ ဗန္ဓနမာဟု ဓီရာ၊ ဩဟာရိနံ သိထိလံ ဒုပ္ပမုဉ္စံ။
ဧတမ္ပိ ဆေတ္ဝာန ပရိဗ္ဗဇန္တိ၊ အနပေက္ခိနော ကာမသုခံ ပဟာယ။

ယေ ရာဂရတ္တာနုပတန္တိ သောတံ၊ သယံကတံ မက္ကဋကော၀ ဇာလံ။
ဧတမ္ပိ ဆေတ္ဝာန ၀ဇန္တိ ဓီရာ၊ အနပေက္ခိနော သဗ္ဗဒုက္ခံ ပဟာယ။

သံဖြင့်ပြုလုပ်သော သံခြေကျဉ်းစသော အနှောင်အဖွဲ့ သစ်သားဖြင့်လုပ်သော ထိတ်တုံးစသော အနှောင်အဖွဲ့ မြက်လျှော်တို့ဖြင့်ပြုလုပ်သော ကြိုးစသော အနှောင်အဖွဲ့မျိုးတို့ကို ခိုင်မြဲသော အနှောင်အဖွဲ့ဟု ပညာရှိတို့ မဆိုကြကုန်၊

ပတ္တမြား နားတောင်းစသော ရတနာတို့၌ လည်းကောင်း၊ သားသမီး မယားတို့၌ အလွန်တပ်မက်သော ငဲ့ကွက်မှု တဏှာအနှောင်အဖွဲ့ကို ရုန်းဖြတ်၍၊ မငဲ့ကွက်ဘဲ ကာမချမ်းသာကိုစွန့်လျက် တောထွက်ကြကုန်၏။

ပဉ်ကူသည် မိမိပြုသော ပိုက်ကွန်၌ အိပ်သကဲ့သို့ သတ္တဝါတို့သည် ပြင်းစွာတပ်မက်ကုန်သည်ဖြစ်၍ မိမိတို့ပြုသော တဏှာအလျဉ်သို့ကျကုန်၏၊ ပညာရှိတို့သည် ဤတဏှာကိုဖြတ်၍ မငဲ့ကွက်ဘဲ ခပ်သိမ်းသော ဆင်းရဲကိုစွန့်လျက် သွားကုန်၏။

345-347*

Gone to the beyond of becoming,
you let go of *in front*,
let go of *behind*,
let go of *between*.
With a heart everywhere released,
you don't come again to birth

& aging.

Muñca pure, muñca pacchato,
majjhe muñca, bhavassa pāragū,
sabbattha vimuttamānaso,
na punaṁ jātijaraṁ upehisi.

မုဉ္စ ပုရေ မုဉ္စ ပစ္ဆတော၊ မဇ္ဈေ မုဉ္စ ဘဝဿ ပါရဂူ။
သဗ္ဗတ္ထ ဝိမုတ္တမာနသော၊ န ပုနံ ဇာတိဇရံ ဥပေဟိသိ။

လွန်လေပြီးသောခန္ဓာ၌ တဏှာကိုစွန့်လော့၊ နောင်ဖြစ်ပေါ်မည့်ခန္ဓာ၌ တဏှာကိုစွန့်လော့၊ အလယ်ဖြစ်သော ပစ္စုပ္ပန်ခန္ဓာ၌ တဏှာကိုစွန့်လော့၊ အလုံးစုံ ပစ္စုပ္ပန် အတိတ် အနာဂတ်ခန္ဓာ၌ တဏှာမှလွတ်သော စိတ်ရှိလျက် ဘဝသုံးပါး၏အဆုံးသို့ ရောက်သည်ဖြစ်၍ တစ်ဖန်အိုခြင်း နာခြင်းသို့ မကပ်လေလင့်။

348*

For a person
forced on by his thinking,
fierce in his passion,
focused on beauty,
craving grows all the more.
He's the one
who tightens the bond.

But one who delights
in the stilling of thinking,
always mindful
cultivating
a focus on the foul:
He's the one
who will make an end,
the one who will cut Mara's bond.

Vitakkapamathitassa jantuno
tibbarāgassa, subhānupassino,
bhiyyo taṇhā pavaḍḍhati,
esa kho daḷhaṁ karoti bandhanaṁ.

Vitakkupasame ca yo rato
asubhaṁ bhāvayatī sadā sato,
esa kho vyantikāhiti,
esacchecchati Mārabandhanaṁ.

ဝိတက္ကမထိတဿ ဇန္တုနော၊ တိဗ္ဗရာဂဿ သဘာနုပဿိနော။
ဘိယ္ယော တဏှာ ပဝဍ္ဎတိ၊ သော ခေါ ဒဠှံ ကရောတိ ဗန္ဓနံ။

ဝိတက္ကူပသမေ စ ယော ရတော၊ အသုဘံ ဘာဝယတေ သဒါ သတော။
သေ ခေါ ဗျန္တိ ကာဟိတိ၊ သေ ဆေစ္ဆတိ မာရဗန္ဓနံ။

ကာမဝိတက် နှိပ်စက်အပ်သော ထက်သောရာဂရှိသော တင့်တယ်၏ဟု အဖန်ဖန်ရှုသော သတ္တဝါအား တဏှာသည် အလွန်တိုးပွားလေ၏၊ ဤသူသည် မာရ်၏အနှောင်အဖွဲ့ကို ခိုင်မြဲအောင် ပြု၏။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် မိစ္ဆာဝိတက် ငြိမ်းခြင်း၌သာ မွေ့လျော်၏၊ သတိရှိသည်ဖြစ်၍ အခါခပ်သိမ်း အသုဘ အာရုံကိုပွား၏၊ ဤသူသည် မာရ်၏အနှောင်အဖွဲ့ကို ကင်းအောင်ပြု၏၊ မာရ်၏ အနှောင်အဖွဲ့ကိုဖြတ်၏။

349-350*

> Arrived at the finish,
> unfrightened, unblemished, free
> of craving, he has cut away
> the arrows of becoming.
> This physical heap is his last.
>
> Free from craving,
> ungrasping,
> astute in expression,
> knowing the combination of sounds—
> which comes first & which after.
> He's called a
> last-body
> greatly discerning
> great man.

Niṭṭhaṁ gato asantāsī, vītataṇho anaṅgaṇo,
acchindi bhavasallāni, antimoyaṁ samussayo.

Vītataṇho anādāno, niruttipadakovido,
akkharānaṁ sannipātaṁ jaññā pubbaparāni ca,
sa ve antimasārīro mahāpañño (mahāpuriso) ti vuccati.

နိဋ္ဌင်္တော အသန္တာသီ၊ ဝီတတဏှော အနင်္ဃော။
အစ္ဆိန္ဒိ ဘဝသလ္လာနိ၊ အန္တိမောယံ သမုဿယော။

ဝီတတဏှော အနာဒါနော၊ နိရုတ္တိပဒကောဝိဒေါ။
အက္ခရာနံ သန္နိပါတံ၊ ဇညာ ပုဗ္ဗာပရာနိ စ။

သ ဝေ အန္တိမသာရီရော၊ မဟာပညော မဟာပုရိသောတိ ဝုစ္စတိ။

ရဟန်းကိစ္စ ပြီးဆုံးခြင်းသို့ ရောက်ပြီးသူသည် ထိတ်လန့်ခြင်းမရှိ၊ တဏှာကင်း၏၊ ကိလေသာကင်း၏၊ ဘဝသို့ ရောက်ကြောင်း ရာဂစသော ငြောင့်တံသင်းတို့ကို ဖြတ်ပြီးဖြစ်၏၊ ဤခန္ဓာကိုယ်သည် အဆုံးစွန်ဖြစ်၏။

တဏှာကင်းသော၊ စွဲလန်းခြင်းမရှိသော၊ နိရုတ္တိ ပဋိသမ္ဘိဒါဉ် လိမ္မာသော၊ အက္ခရာတို့၏ အပေါင်းကိုလည်း သိသော၊ ရှေ့နောက်အက္ခရာတို့ကိုလည်း သိသော၊ အဆုံးစွန်ဖြစ်သော ကိုယ်ခန္ဓာရှိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို စင်စစ် ကြီးသောပညာရှိသူ ယောကျ်ားမြတ်ဟူ၍ ခေါ်ဆိုအပ်၏။

351-352*

All-conquering,
all-knowing am I,
with regard to all things,
unadhering.
All-abandoning,
released in the ending of craving:
having fully known on my own,
to whom should I point as my teacher?

Sabbābhibhū sabbavidūham-asmi,
sabbesu dhammesu anūpalitto,
sabbañjaho taṇhakkhaye vimutto,
sayaṁ abhiññāya, kam-uddiseyyaṁ.

သဗ္ဗာတိဘူ သဗ္ဗဝိဒူဟမသ္မိ၊ သဗ္ဗေသု ဓမ္မေသု အနူပလိတ္တော။
သဗ္ဗဉ္ဇဟော တဏှက္ခယေ ဝိမုတ္တော၊ သယံ အဘိညာယ ကမုဒ္ဒိသေယျံ။

ငါသည် အလုံးစုံတရားတို့ကို နှိမ်နင်း၍တည်၏၊ အလုံးစုံသော တရားသဘောကိုသိ၏၊ အလုံးစုံသော သဘောတရားတို့၌ ကပ်ငြိတွယ်တာခြင်းမရှိ၊ အလုံးစုံသော တေဘုမ္မကတရားကို စွန့်၏၊ တဏှာကုန်ခန်းရာ အရဟတ္တဖိုလ်၌ ကိလေသာမှလွတ်၏၊ ကိုယ်တိုင်ထူးသောဉာဏ်ဖြင့် သိ၍ အဘယ်သူကို ငါ့ဆရာဟု ညွှန်ပြရအံ့နည်း။

353*

A gift of Dhamma conquers all gifts;
the taste of Dhamma, all tastes;
a delight in Dhamma, all delights;
the ending of craving, all suffering
& stress.

Sabbadānaṁ Dhammadānaṁ jināti,

sabbaṁ rasaṁ Dhammaraso jināti,
sabbaṁ ratiṁ Dhammaratiṁ jināti,
taṇhakkhayo sabbadukkhaṁ jināti.

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ၊ သဗ္ဗရသံ ဓမ္မရသော ဇိနာတိ။
သဗ္ဗရတိ ဓမ္မရတိ ဇိနာတိ၊ တဏှက္ခယော သဗ္ဗဒုက္ခံ ဇိနာတိ။

တရားအလှူသည် အလှူအားလုံးကို အောင်နိုင်၏၊ တရားအရသာသည် အရသာအားလုံးကို အောင်နိုင်၏၊ တရားဦး မွေ့လျော်ခြင်းသည် မွေ့လျော်ခြင်းအားလုံးကို အောင်နိုင်၏၊ တဏှာကုန်ရာ အရဟတ္တဖိုလ်သည် အလုံးစုံသောဆင်းရဲကို အောင်နိုင်၏။

354*

Riches ruin the man
weak in discernment,
but not those who seek
the beyond.
Through craving for riches
the man weak in discernment
ruins himself
as he would others.

Hananti bhogā dummedhaṁ no ve pāragavesino,
bhogataṇhāya dummedho hanti aññe va attanaṁ.

ဟနန္တိ ဘောဂါ ဒုမ္မေဓံ၊ နော စ ပါရဂဝေသိနော။
ဘောဂတဏှာယ ဒုမ္မေဓော၊ ဟန္တိ အညေဝ အတ္တနံ။

စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့သည် ပညာမဲ့သူကို ဖျက်ဆီးကုန်၏၊ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော တစ်ဖက်ကမ်းကို ရှာမှီးသူတို့ကိုကား မဖျက်ဆီးနိုင်ကုန်၊ ပညာမဲ့သူသည် စည်းစိမ်ဥစ္စာ၌ တပ်မက်ခြင်းဖြင့် သူတစ်ပါးတို့ကို ဖျက်ဆီးသကဲ့သို့ မိမိကိုယ်ကို ဖျက်ဆီးတတ်၏။

355

Fields are spoiled by weeds;
people, by passion.
So what's given to those
free of passion
bears great fruit.

Fields are spoiled by weeds;
people, by aversion.

So what's given to those
free of aversion
bears great fruit.

Fields are spoiled by weeds;
people, by delusion.
So what's given to those
free of delusion
bears great fruit.

Fields are spoiled by weeds;
people, by longing.
So what's given to those
free of longing
bears great fruit.

Tiṇadosāni khettāni, rāgadosā ayaṁ pajā,
tasmā hi vītarāgesu dinnaṁ hoti mahapphalaṁ.

Tiṇadosāni khettāni, dosadosā ayaṁ pajā,
tasmā hi vītadosesu dinnaṁ hoti mahapphalaṁ.

Tiṇadosāni khettāni, mohadosā ayaṁ pajā,
tasmā hi vītamohesu dinnaṁ hoti mahapphalaṁ.

Tiṇadosāni khettāni, icchādosā ayaṁ pajā,
tasmā hi vigaticchesu dinnaṁ hoti mahapphalaṁ.

တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊ ရာဂဒေါသာ အယံ ပဇာ။
တသ္မာ ဟိ ဝီတရာဂေသု၊ ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ဖလံ။

တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊ ဒေါသဒေါသာ အယံ ပဇာ။
တသ္မာ ဟိ ဝီတဒေါသေသု၊ ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ဖလံ။

တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊ မောဟဒေါသာ အယံ ပဇာ။
တသ္မာ ဟိ ဝီတမောဟေသု၊ ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ဖလံ။

တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊ ဣစ္ဆာဒေါသာ အယံ ပဇာ။
တသ္မာ ဟိ ဝိဂတိစ္ဆေသု၊ ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ဖလံ။

လယ်ယာတို့ကို မြက်အပေါင်းတို့သည် ဖျက်ဆီးကုန်၏၊ ဤသတ္တဝါအပေါင်းကို ရာဂသည် ဖျက်ဆီး၏၊
ထို့ကြောင့် ရာဂကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ ပေးလှူခြင်းသည် အကျိုးကြီး၏။

လယ်ယာတို့ကို မြက်အပေါင်းတို့သည် ဖျက်ဆီးကုန်၏၊ ဤသတ္တဝါအပေါင်းကို ဒေါသသည် ဖျက်ဆီး၏၊ ထို့ကြောင့် ဒေါသကင်းသောပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ ပေးလှူခြင်းသည် အကျိုးကြီး၏။

လယ်ယာတို့ကို မြက်အပေါင်းတို့သည် ဖျက်ဆီးကုန်၏၊ ဤသတ္တဝါအပေါင်းကို မောဟသည် ဖျက်ဆီး၏၊ ထို့ကြောင့် မောဟကင်းသောပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ ပေးလှူခြင်းသည် အကျိုးကြီး၏။

လယ်ယာတို့ကို မြက်အပေါင်းတို့သည် ဖျက်ဆီးကုန်၏၊ ဤသတ္တဝါအပေါင်းကို အလိုရမက်သည် ဖျက်ဆီး၏၊ ထို့ကြောင့် အလိုရမက်ကင်းသောပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ ပေးလှူခြင်းသည် အကျိုးကြီး၏။ လယ်ယာတို့ကို မြက်အပေါင်းတို့သည် ဖျက်ဆီးကုန်၏၊ ဤသတ္တဝါအပေါင်းကို တဏှာသည် ဖျက်ဆီး၏၊ ထို့ကြောင့် တဏှာကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ ပေးလှူခြင်းသည် အကျိုးကြီး၏။

356-359

XXV : Bhikkhuvaggo
Monks

Restraint with the eye is good,
good is restraint with the ear.
Restraint with the nose is good,
good is restraint with the tongue.
Restraint with the body is good,
good is restraint with speech.
Restraint with the heart is good,
good is restraint everywhere.
A monk everywhere restrained
is released from all suffering & stress.

Cakkhunā saṁvaro sādhu, sādhu sotena saṁvaro,
ghāṇena saṁvaro sādhu, sādhu jivhāya saṁvaro,

kāyena saṁvaro sādhu, sādhu vācāya saṁvaro,
manasā saṁvaro sādhu, sādhu sabbattha saṁvaro,
sabbattha saṁvuto bhikkhu sabbadukkhā pamuccati.

စက္ခုနာ သံဝရော သာဓု၊ သာဓု သောတေန သံဝရော။
ဃာနေန သံဝရော သာဓု၊ သာဓု ဇိဝှါယ သံဝရော။

ကာယေန သံဝရော သာဓု၊ သာဓု ဝါစာယ သံဝရော။
မနသာ သံဝရော သာဓု၊ သာဓု သဗ္ဗတ္ထ သံဝရော။
သဗ္ဗတ္ထ သံဝုတော ဘိက္ခု၊ သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ။

အကုသိုလ်မဖြစ်ရန် စက္ခုဒ္ဝါရ၌ စောင့်စည်းပိတ်ဆို့မှုသည် ကောင်း၏၊ သောတဒ္ဝါရ၌ စောင့်စည်းပိတ်ဆို့မှုသည် ကောင်း၏။ ဃာနဒ္ဝါရ၌ စောင့်စည်းပိတ်ဆို့မှုသည် ကောင်း၏။ ဇိဝှါဒ္ဝါရ၌ စောင့်စည်းပိတ်ဆို့မှုသည် ကောင်း၏။

ကာယဒွါရ၌ စောင့်စည်းပိတ်ဆို့မှုသည် ကောင်း၏၊ ဝစီဒွါရ၌ စောင့်စည်းပိတ်ဆို့မှုသည် ကောင်း၏၊ မနောဒွါရ၌ စောင့်စည်းပိတ်ဆို့မှုသည် ကောင်း၏၊ အလုံးစုံသော ဒွါရတို့၌ စောင့်စည်းပိတ်ဆို့မှုသည် ကောင်း၏၊ အလုံးစုံသော ဒွါရတို့၌ စောင့်စည်း ပိတ်ဆို့နိုင်သော ရဟန်းသည် ဆင်းရဲအားလုံးမှ လွတ်မြောက်နိုင်၏။

360-361*

Hands restrained,
feet restrained
speech restrained,
supremely restrained—
delighting in what is inward,
content, centered, alone:
he's what they call
a monk.

Hatthasaṁyato pādasaṁyato,
vācāsaṁyato saṁyatuttamo,
ajjhattarato samāhito,
eko santusito: tam-āhu bhikkhuṁ.

ဟတ္ထသံယတော ပါဒသံယတော၊ ဝါစာသံယတော သံယတုတ္တမော။
အဇ္ဈတ္တရတော သမာဟိတော၊ ဧကော သန္တုသိတော တမာဟု ဘိက္ခုံ။

အကြင်သူသည် လက်ကိုစောင့်စည်း၏၊ ခြေကိုစောင့်စည်း၏၊ နှုတ်ကိုစောင့်စည်း၏၊ တစ်ကိုယ်လုံးကို စောင့်စည်း ၏၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းမှု၌ မွေ့လျော်ကာ တည်ကြည်သော စိတ်ရှိ၏၊ တစ်ယောက်တည်းနေ၍ ရရသမျှဖြင့် ရောင့်ရဲနိုင်၏၊ ထိုသူကို ရဟန်းဟူ၍ ဆိုကုန်၏။

362

A monk restrained in his speaking,
giving counsel unruffled,
declaring the message & meaning:
sweet is his speech.

Yo mukhasaṁyato bhikkhu, mantabhāṇī anuddhato,
atthaṁ Dhammañ-ca dīpeti, madhuraṁ tassa bhāsitaṁ.

ယော မုခသံယတော ဘိက္ခု၊ မန္တဘာဏီ အနုဒ္ဓတော။
အတ္ထံ ဓမ္မဉ္စ ဒီပေတိ၊ မဓုရံ တဿ ဘာသိတံ။

အကြင်ရဟန်းသည် နှုတ်ကို စောင့်စည်း၏၊ ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်၍ ပြောဆိုလေ့ရှိ၏၊ မပျံ့လွင့်သောစိတ်ရှိ၏၊ အနက်အဓိပ္ပါယ်ကိုလည်းကောင်း၊ ပါဠိကိုလည်းကောင်း ဟောပြတတ်၏၊ ထိုရဟန်းဟောပြသော စကားသည် ချိုမြိန်သာယာ၏။

363*

Dhamma his dwelling,
Dhamma his delight,
a monk pondering Dhamma,
calling Dhamma to mind,
does not fall away
from true Dhamma.

Dhammārāmo Dhammarato, Dhammaṁ anuvicintayaṁ,
Dhammaṁ anussaraṁ bhikkhu, Saddhammā na parihāyati.

ဓမ္မာရာမော ဓမ္မရတော၊ ဓမ္မံ အနုဝိစိန္တယံ။
ဓမ္မံ အနုဿရံ ဘိက္ခု၊ သဒ္ဓမ္မာ န ပရိဟာယတိ။

တရားလျှင်မွေ့လျော်ရာရှိသော တရား၌ မွေ့လျော်တတ်သောတရားကို အဖန်ဖန် ကြံစည်တတ်သော အောက်မေ့တတ်သော ရဟန်းသည် သူတော်ကောင်းတရားမှ မဆုတ်ယုတ်နိုင်။

364

Gains:
don't treat your own with scorn,
don't go coveting those of others.
A monk who covets those of others
attains
no concentration.

Even if he gets next to nothing,
he doesn't treat his gains with scorn.
Living purely, untiring:
he's the one
that the devas praise.

Salābhaṁ nātimaññeyya, nāññesaṁ pihayaṁ care,
aññesaṁ pihayaṁ bhikkhu samādhiṁ nādhigacchati.

Appalābho pi ce bhikkhu salābhaṁ nātimaññati,
taṁ ve devā pasaṁsanti suddhājīviṁ atanditaṁ.

သလာဘံ နာတိမညေယျ၊ နာညေသံ ပိဟယံ စရေ။

အညေသံ ပိဟယံ ဘိက္ခု၊ သမာဓိ နာဓိဂစ္ဆတိ။

အပ္ပလာဘောပိ စေ ဘိက္ခု၊ သလာဘံ နာတိမညတိ။
တံ ဝေ ဒေဝေါ ပသံသန္တိ၊ သုဒ္ဓါဇီဝိ အတန္ဒိတံ။

မိမိရမည့် လာဘ်လာဘကို မတရားရှာမှီးသောအားဖြင့် စက်ဆုပ်ဖွယ် မဖြစ်စေရာ၊ သူတစ်ပါးတို့၏ လာဘ်လာဘကို မနှစ်သက် မတောင့်တရာ၊ သူတစ်ပါးတို့၏ လာဘ်လာဘကို နှစ်သက်သော ရဟန်းသည် တည်ကြည်မှု သမာဓိကို မရနိုင်။

ရဟန်းသည် လာဘ်လာဘနည်းသော်လည်း၊ မိမိ လာဘ်လာဘကို မတရား ရှာမှီးသောအားဖြင့် အကယ်၍ စက်ဆုပ်ဖွယ် မဖြစ်စေခဲ့မူ အသက်မွေးစင်ကြယ်၍ မပျင်းမရိ လုံ့လရှိသော ထိုရဟန်းကို နတ်တို့သည် ဧကန်ချီးမွမ်းကုန်၏။

365-366

For whom, in name & form
in every way,
there's no sense of *mine,*
& who doesn't grieve
for what's not:
he's deservedly called
a monk.

Sabbaso nāmarūpasmiṁ yassa natthi mamāyitaṁ,
asatā ca na socati, sa ve bhikkhū ti vuccati.

သဗ္ဗသော နာမရူပသ္မိံ၊ ယဿ နတ္ထိ မမာယိတံ။
အသတာ စ န သောစတိ၊ သ ဝေ ဘိက္ခူတိ ဝုစ္စတိ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား နာမ်တရား ရုပ်တရားအားလုံး၌ ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု မြတ်နိုးစွဲလမ်းမှု မရှိ၊ ထိုနာမ်ရုပ် ပျက်စီးသော်လည်း မစိုးရိမ်၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဘိက္ခုအစစ်ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

367

Dwelling in goodwill, a monk
with faith in the Awakened One's teaching,
would attain the good state,
the peaceful state:
stilling-of-fabrications bliss.

Mettāvihārī yo bhikkhu, pasanno Buddhasāsane,
adhigacche padaṁ santaṁ, saṅkhārūpasamaṁ sukhaṁ.

မေတ္တာဝိဟာရီ ယော ဘိက္ခု၊ ပသန္နော ဗုဒ္ဓသာသနေ။
အဓိဂစ္ဆေ ပဒံ သန္တံ၊ သင်္ခါရူပသမံ သုခံ။

မေတ္တာတရားကို ပွားများလေ့ရှိသော၊ မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်၌ ကြည်ညိုသော ရဟန်းသည် သင်္ခါရ
တို့၏ငြိမ်းရာ ငြိမ်သက်ချမ်းအေးသော နိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင်၏။

368*

> Monk, bail out this boat.
> It will take you lightly when bailed.
> Having cut through passion, aversion,
> you go from there to Unbinding.

Siñca bhikkhu imaṁ nāvaṁ, sittā te lahum-essati,
chetvā rāgañ-ca dosañ-ca, tato Nibbānam-ehisi.

သိဉ္စ ဘိက္ခု၊ ဣမံ နာဝံ၊ သိတ္တာ တေ လဟုမေဿတိ။
ဆေတ္ဝာ ရာဂဉ္စ ဒေါသဉ္စ၊ တတော နိဗ္ဗာနမေဟိသိ။

ရဟန်း ဤခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသောလှေမှ မိစ္ဆာဝိတက်ဟူသော ရေကို ပက်ထုတ်လော့၊ ထိုသို့ ပက်ထုတ်လျှင်
သင်၏ ခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော လှေသည် လျင်စွာသွားနိုင်လတ္တံ့၊ ရာဂ ဒေါသကို ပယ်ဖြတ်နိုင်လျှင် နိဗ္ဗာန်သို့
ရောက်လတ္တံ့။

369*

> Cut through five,
> let go of five,
> & develop five above all.
> A monk gone past five attachments
> is said to have crossed the flood.

Pañca chinde, pañca jahe, pañca cuttaribhāvaye,
pañca saṅgātigo bhikkhu oghatiṇṇo ti vuccati.

ပဉ္စ ဆိန္ဒေ ပဉ္စ ဇဟေ၊ ပဉ္စ စုတ္တရိ ဘာဝယေ။
ပဉ္စသင်္ဂါတိဂေါ ဘိက္ခု၊ ဩဃတိဏ္ဏောတိ ဝုစ္စတိ။

အောက်ပိုင်းသံယောဇဉ် ငါးပါးကို ဖြတ်ရာ၏၊ အထက်ပိုင်းသံယောဇဉ် ငါးပါးကိုစွန့်ရာ၏၊ သဒ္ဓါစသော ငါးပါး သောတရားတို့ကို အလွန်ပွားရာ၏၊ လောဘစသော ငြိတွယ်ခြင်းငါးပါးမှ လွန်မြောက်သော ရဟန်းကို သံသရာ ဝဲသြဃကို ကူးမြောက်ပြီးသူ ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

370*

Practice jhana, monk,
and don't be heedless.
Don't take your mind roaming
in sensual strands.
Don't swallow—heedless—
the ball of iron aflame.
Don't burn & complain: 'This is pain.'

Jhāya, bhikkhu, mā ca pāmado,
mā te kāmaguṇe bhamassu cittaṁ,
mā lohaguḷaṁ gilī, pamatto,
mā kandi: 'Dukkham-idan'-ti ḍayhamāno.

ဈာယ ဘိက္ခု မာ ပမာဒေါ၊ မာ တေ ကာမဂုဏေ ရမေဿု စိတ္တံ။
မာ လောဟဂုဠံ ဂိလီ ပမတ္တော၊ မာ ကန္ဒိ ဒုက္ခမိဒန္တိ ဍယှမာနော။

ရဟန်း အနိစ္စစသည်ဖြင့်ရှုလော့၊ မမေ့လျော့လင့်၊ သင်၏စိတ်ကို ကာမဂုဏ်၌ မမွေ့လျော်စေလင့်၊ မေ့လျော့၍ သံတွေခဲကို မမျိုလင့်၊ လောင်သည်ရှိသော် ဤသို့အလောင်ခံရခြင်းသည် ဆင်းရဲလေစွဟု မငိုကြွေးလင့်။

371

There's no jhana
for one with no discernment,
no discernment
for one with no jhana.
But one with both jhana
& discernment:
he's on the verge
of Unbinding.

Natthi jhānaṁ apaññassa, paññā natthi ajhāyato,
yamhi jhānañ-ca paññā ca sa ve Nibbānasantike.

နတ္ထိ ဈာနံ အပညဿ၊ ပညာ နတ္ထိ အဈာယတော။
ယမှိ ဈာနဉ္စ ပညာ စ၊ သ ဝေ နိဗ္ဗာနသန္တိကေ။

ပညာမရှိသူအား သမာဓိစျာန်မရှိ၊ သမာဓိစျာန်မရှိသူအား ဝိပဿနာပညာမရှိ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၌ သမာဓိစျာန်လည်းကောင်း၊ ဝိပဿနာပညာသည်လည်းကောင်း ရှိ၏၊ ထိုသူသည် နိဗ္ဗာန်နှင့် ဧကန်နီးတော့၏။

372

A monk with his mind at peace,
going into an empty dwelling,
clearly seeing the Dhamma aright:
his delight is more
than human.

However it is,
however it is he touches
the arising-&-passing of aggregates:
he gains rapture & joy:
that, for those who know it,
is deathless,
the Deathless.

Suññāgāraṁ paviṭṭhassa, santacittassa bhikkhuno,
amānusī ratī hoti sammā Dhammaṁ vipassato.

Yato yato sammasati khandhānaṁ udayabbayaṁ
labhatī pītipāmojjaṁ, amataṁ taṁ vijānataṁ.

သုညာဂါရံ ပဝိဋ္ဌဿ၊ သန္တစိတ္တဿ ဘိက္ခုနော။
အမာနုသီ ရတိ ဟောတိ၊ သမ္မာ ဓမ္မံ ဝိပဿတော။

ယတော ယတော သမ္မသတိ၊ ခန္ဓာနံ ဥဒယဗ္ဗယံ။
လဘတီ ပီတိပါမောဇ္ဇံ၊ အမတံ တံ ဝိဇာနတံ။

ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ ဝင်ရောက်၍ ကောင်းစွာတရားကို ရှုမှတ်သော ငြိမ်သက်သောစိတ်ရှိသောရဟန်းအား လူသာမန်တို့နှင့် မထိုက်သော ဝိပဿနာစျာန်စသော တရား၌ မွေ့လျော်ခြင်းသည်ဖြစ်၏။

ခန္ဓာငါးပါးတို့၏ ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်တိုင်း နှစ်သက်မှုပီတိ ဝမ်းမြောက်မှုပါမောဇ္ဇကို ရ၏၊ ထို နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်မှုသည်ပင် တရားမှန်ကိုသိသော ပညာရှိတို့အတွက် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းပင်တည်း။

373-374

Here the first things
for a discerning monk
are guarding the senses,
contentment,

restraint in line with the Patimokkha.
He should associate with admirable friends.

Living purely, untiring,
hospitable by habit,
skilled in his conduct,
gaining a manifold joy,
he will put an end
to suffering & stress.

Tatrāyam-ādi bhavati idha paññassa bhikkhuno:
indriyagutti santuṭṭhī, pātimokkhe ca saṁvaro.

Mitte bhajassu kalyāṇe suddhājīve atandite,
paṭisanthāravuttassa ācārakusalo siyā,
tato pāmojjabahulo, dukkhassantaṁ karissati.

တတြာယမာဒိ ဘဝတိ၊ ဣဓ ပညဿ ဘိက္ခုနော။
ဣန္ဒြိယဂုတ္တိ သန္တုဋ္ဌိ၊ ပါတိမောက္ခေ စ သံဝရော။

မိတ္တေ ဘဇဿု ကလ္လာဏေ၊ သုဒ္ဓါဇီဝေ အတန္ဒိတေ။
ပဋိသန္ထာရဝုတ္တဿ၊ အာစာရကုသလော သိယာ။
တတော ပါမောဇ္ဇဗဟုလော၊ ဒုက္ခဿန္တံ ကရိဿတိ။

ဤသာသနာတော်၌ ဣန္ဒြေကိုစောင့်ထိန်းမှု အာဇီဝ ပစ္စယနှစ်ပါး၌ရောင့်ရဲမှု ပါတိမောက္ခ သီလ၌ စောင့်စည်းမှု စတုပါရိသုဒ္ဓိသီလလေးပါးသည် ပညာရှိ ရဟန်းအတွက် ထိုနိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကျင့်၌ အဦးအစ ဖြစ်၏။

စင်ကြယ်သော အသက်မွေးခြင်းရှိ၍ မပျင်းရိသော မိတ်ဆွေကောင်းတို့ကို ဆည်းကပ်လော့၊ အာမိသဓမ္မ ပဋိသန္ထာရနှစ်ပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံစေရာ၏၊ ကျင့်ဝတ်သီလတို၌ လိမ္မာရာ၏၊ ထိုဆိုခဲ့ပြီးသော အကြောင်းတို့ကြောင့် ဝမ်းမြောက် မှုများသည်ဖြစ်၍ ဆင်းရဲ၏အဆုံးကို ပြုလတ္တံ့။

375-376

Shed passion
& aversion, monks—
as a jasmine would,
its withered flowers.

Vassikā viya pupphāni maddavāni pamuñcati,
evaṁ rāgañ-ca dosañ-ca vippamuñcetha bhikkhavo.

ဝဿိကာ ဝိယ ပုပ္ဖါနိ၊ မဒ္ဒဝါနိ ပမုဉ္စတိ။

ဧဝံ ရာဂဠ္ဓ ဒေါသဠ္ဓ၊ ဝိပ္ပမုဠ္ဓေထ ဘိက္ခဝေါ။

ရဟန်းတို့ မုလေးပန်းပင်တို့သည် ရင့်ရော်ညှိုးနွမ်းကုန်သော ပန်းပွင့်တို့ကို စွန့်လွှတ်ဘိ သကဲ့သို့ ဤအတူ သင်တို့သည် ရာဂကိုလည်းကောင်း၊ ဒေါသကိုလည်းကောင်း၊ စွန့်လွှတ်ကြကုန်လော့။

377

Calmed in body,
calmed in speech,
well-centered & calm,
having disgorged the baits of the world,
a monk is called
thoroughly
calmed.

Santakāyo santavāco, santavā susamāhito,
vantalokāmiso bhikkhu upasanto ti vuccati.

သန္တကာယော သန္တဝါစော၊ သန္တဝါ သုသမာဟိတော။
ဝန္တလောကာမိသော ဘိက္ခု၊ ဥပသန္တောတိ ဝုစ္စတိ။

ကောင်းစွာ တည်ကြည်သည်ဖြစ်၍ ငြိမ်သက်သောကိုယ် ငြိမ်သက်သောနှုတ် ငြိမ်သက်သော စိတ်ရှိသော လောကီစည်းစိမ် အရှိန်အစော်စသည်ကို ထွေးအန်ပြီးသောရဟန်းကို ငြိမ်းအေးသော ရဟန်းဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

378

You yourself should reprove yourself,
should examine yourself.
As a self-guarded monk
with guarded self,
mindful, you dwell at ease.

Attanā codayattānaṁ, paṭimāsettam-attanā,
so attagutto satimā sukhaṁ bhikkhu vihāhisi.

အတ္တနာ စောဒယတ္တာနံ၊ ပဋိမံသေထ အတ္တနာ။
သော အတ္တဂုတ္တော သတိမာ၊ သုခံ ဘိက္ခု ဝိဟာဟိသိ။

ရဟန်း မိမိကိုယ်ကို မိမိကိုယ်တိုင် စောကြောစစ်ဆေးလေလော့၊ မိမိကိုယ်ကို မိမိကိုယ်တိုင် ဆင်ခြင်လေလော့၊ မိမိကိုယ်ကို မိမိကိုယ်တိုင် စောင့်ရှောက်သည်ဖြစ်၍ သတိရှိသောသင်သည် ချမ်းသာစွာ နေရလတ္တံ့။

379

Your own self is
your own mainstay.
Your own self is
your own guide.
Therefore you should
watch over yourself—
as a trader, a fine steed.

Attā hi attano nātho, attā hi attano gati,
tasmā saṁyamayattānaṁ assaṁ bhadraṁ va vāṇijo.

အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော၊(ကော ဟိ နာထော ပရော သိယာ)
အတ္တာ ဟိ အတ္တနော ဂတိ။ တသ္မာ သံယမမတ္တာနံ၊ အဿံ ဘဒ္ဒံဝ ဝါဏိဇော။

မိမိသည်သာလျှင် မိမိကိုးကွယ်ရာဖြစ်၏၊ တစ်ပါးသောသူသည် အဘယ်မှာ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်နိုင်အံ့နည်း၊
မိမိသည် သာလျှင် မိမိ၏ လဲလျောင်းရာဖြစ်၏၊ ထို့ကြောင့် မြင်းကုန်သည်သည် အမျိုးကောင်းမြင်းကို
စောင့်ရှောက်သကဲ့သို့ မိမိကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်လေလော့။

380

A monk with a manifold joy,
with faith in the Awakened One's teaching,
would attain the good state,
the peaceful state:
stilling-of-fabrications bliss.

Pāmojjabahulo bhikkhu, pasanno Buddhasāsane,
adhigacche padaṁ santaṁ, saṅkhārūpasamaṁ sukhaṁ.

ပါမောဇ္ဇဗဟုလော ဘိက္ခု၊ ပသန္နော ဗုဒ္ဓသာသနေ။
အဓိဂစ္ဆေ ပဒံ သန္တံ၊ သင်္ခါရူပသမံ သုခံ။

မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်၌ ကြည်ညိုမြတ်နိုး၍ ဝမ်းမြောက်ခြင်းများသော ရဟန်းသည်
သင်္ခါရတို့၏ငြိမ်းရာ ငြိမ်သက်ချမ်းမြေ့သော နိဗ္ဗာန်ကို ရရာ၏။

381*

A young monk who strives
in the Awakened One's teaching,
brightens the world
like the moon set free from a cloud.

Yo have daharo bhikkhu yuñjati Buddhasāsane,
somaṁ lokaṁ pabhāseti, abbhā mutto va candimā.

ယော ဟေ ဒဟရော ဘိက္ခု၊ ယုဉ္ဇတိ ဗုဒ္ဓသာသနေ။
သောမံ လောကံ ပဘာသေတိ၊ အဗ္ဘာ မုတ္တော ဝ စန္ဒိမာ။

အကြင်ရဟန်းသည် ငယ်ရွယ်သော်လည်း မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်၌ စင်စစ် လုံ့လ ကြိုးကုတ်အားထုတ်၏၊
ထိုရဟန်းသည် တိမ်တိုက်မှလွတ်သော လမင်းကဲ့သို့ ဤလောကကို ထွန်းလင်းတောက်ပစေ၏။

382

XXVI : Brāhmaṇavaggo
Brahmans

Having striven, brahman,
cut the stream.
Expel sensual passions.
Knowing the ending of fabrications,
brahman,
you know the Unmade.

Chinda sotaṁ parakkamma, kāme panuda, brāhmaṇa,
saṅkhārānaṁ khayaṁ ñatvā, akataññūsi, brāhmaṇa.

ဆိန္ဒ သောတံ ပရက္ကမ္မ၊ ကာမေ ပနုဒ ဗြာဟ္မဏ။
သင်္ခါရာနံ ခယံ ဉတ္ဝာ၊ အကတညူသိ ဗြာဟ္မဏ။

သူတော်ကောင်း တဏှာတည်းဟူသော အလျဉ်ကို ဖြတ်လော့၊ လုံ့လပြု၍ ကာမတို့ကို ပယ်လော့၊ သင်္ခါရတို့၏ ကုန်ရာကိုသိ၍ မပြုပြင်အပ်သော နိဗ္ဗာန်ကိုသိလော့၊ ရဟန္တာဖြစ်လေလော့။

383*

When the brahman has gone
to the beyond of two things,
then all his fetters
go to their end—
he who knows.

Yadā dvayesu dhammesu pāragū hoti brāhmaṇo,
athassa sabbe saṁyogā atthaṁ gacchanti jānato.

ယဒါ ဒွယေသု ဓမ္မေသု၊ ပါရဂူ ဟောတိ ဗြာဟ္မဏော။
အထဿ သဗ္ဗေ သံယောဂါ၊ အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ ဇာနတော။

သူတော်ကောင်းသည် နှစ်ပါးသော သမထဝိပဿနာ တရားတို၌ ကမ်းတစ်ဖက်သို့ရောက်၏၊ ထိုအခါ တရားမှန်ကိုသိသော သူတော်ကောင်းအား အလုံးစုံသော ကာမရာဂသံယောဇဉ် စသည်တို့သည် ချုပ်ခြင်းသို့ ရောက်ကုန်၏။

384*

One whose *beyond* or
not-beyond or
beyond-&-not-beyond
can't be found;
unshackled, carefree:
he's what I call
a brahman.

Yassa pāraṁ apāraṁ vā pārāpāraṁ na vijjati,
vītaddaraṁ visaṁyuttaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယဿ ပါပံ အပါရံ ဝါ၊ ပါရာပါရံ န ဝိဇ္ဇတိ။
ဒီတဒ္ဒရံ ဝိသံယုတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား စက္ခုစသော အတွင်းအာယတန ခြောက်ပါးတည်းဟူသော ဤမှာဘက်ကမ်းသည် လည်းကောင်း၊ ရူပါရုံစသော အပြင်အာယတန ခြောက်ပါးတည်းဟူသော ထိုမှာဘက်ကမ်းသည်လည်းကောင်း၊ ထိုမှာဘက် ဤမှာဘက်ကမ်း နှစ်ပါးသည်လည်းကောင်း မရှိ၊ ပူပန်ခြင်းကင်းသည်ဖြစ်၍ ကိလေသာနှင့်မယှဉ်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟောတော်မူ၏။

385*

Sitting silent, dustless,
absorbed in jhana,
his task done, effluents gone,
ultimate goal attained:
he's what I call
a brahman.

Jhāyiṁ virajam-āsīnaṁ, katakiccaṁ anāsavaṁ,
uttamatthaṁ anuppattaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ဈာယိံ ဝိရဇမာသီနံ၊ ကတကိစ္စမနာသဝံ။
ဥတ္တမတ္ထမနုပ္ပတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနိစ္စစသော လက္ခဏာကိုရှု၍ ကိလေသာမြူကင်းလျက် တစ်ကိုယ်တည်း နေလေ့ရှိသော ရဟန်းကိစ္စ ပြီးပြီးသော အာသဝေါကင်း၍ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟောတော်မူ၏။

386

By day shines the sun;
by night, the moon;
in armor, the warrior;
in jhana, the brahman.
But all day & all night,
every day & every night,
the Awakened One shines
in splendor.

Divā tapati ādicco, rattiṁ ābhāti candimā,
sannaddho khattiyo tapati, jhāyī tapati brāhmaṇo,
atha sabbam-ahorattiṁ Buddho tapati tejasā.

ဒိဝါ တပတိ အာဒိစ္စော၊ ရတ္တိမာဘာတိ စန္ဒိမာ။
သန္နဒ္ဓေါ ခတ္တိယော တပတိ၊ ဈာယီ တပတိ ဗြာဟ္မဏော။
အထ သဗ္ဗမဟောရတ္တိံ၊ ဗုဒ္ဓေါ တပတိ တေဇသာ။

နေမင်းသည် နေ့အခါ၌သာ တင့်တယ်၏၊ လမင်းသည် ညဉ့်အခါ၌သာ တင့်တယ်၏၊ မင်းသည် မင်းမြောက် တန်ဆာဆင်မှသာလျှင် တင့်တယ်၏၊ ရဟန္တာသည် ဈာန်ဝင်စားမှသာလျှင် တင့်တယ်၏၊ အမှန်သော်ကား မြတ်စွာဘုရားသည်သာ တန်ခိုးတော်ဖြင့် အလုံးစုံသော နေ့ညဉ့်ပတ်လုံး တင့်တယ်၏။

387

He's called a brahman
for having banished his evil,
a contemplative
for living in consonance,
one gone forth
for having forsaken
his own impurities.

Bāhitapāpo ti brāhmaṇo,
samacariyā samaṇo ti vuccati,
pabbājayam-attano malaṁ
tasmā pabbajito ti vuccati.

ဗာဟိတပါပေါတိ ဗြာဟ္မဏော၊ သမစရိယာ သမဏောတိ ဝုစ္စတိ။

ပဗ္ဘာဇယမတ္တနော မလံ၊ တသ္မာ ပဗ္ဘဇိတောတိ ဝုစ္စတိ။

မကောင်းမှုကို အပပြုပြီးဖြစ်သောကြောင့် ဗြာဟ္မဏဟု ခေါ်ဆိုအပ်၏၊ မကောင်းမှုကို ငြိမ်းစေတတ်သော အကျင့်ရှိသောကြောင့် သမဏဟုခေါ်ဆိုအပ်၏၊ မိမိ၏ ကိလေသာအညစ်အကြေးကို ထုပ်ပယ်သောကြောင့် ပဗ္ဘဇိတဟု ခေါ်ဆိုအပ်၏။

388*

One should not strike a brahman,
nor should the brahman
let loose with his anger.
Shame on a brahman's killer.
More shame on the brahman
whose anger's let loose.

Na brāhmaṇassa pahareyya, nāssa muñcetha brāhmaṇo,
dhī brāhmaṇassa hantāraṁ, tato: dhī yassa muñcati.

န ဗြာဟ္မဏသ ပဟရေယျ၊ နာသ မုဉ္စေထ ဗြာဟ္မဏော။
ဓိ ဗြာဟ္မဏသ ဟန္တာရံ၊ တတော ဓိ ယသ မုဉ္စတိ။

သူတော်ကောင်း ဗြာဟ္မဏကို မပုတ်ခတ်ရာ၊ သူတော်ကောင်းသည် မိမိကို ပုတ်ခတ်သော ထိုသူအား အမျက်မထွက်ရာ၊ သူတော်ကောင်းအား ပုတ်ခတ်ခြင်းသည် စက်ဆုပ်ဖွယ်ဖြစ်၏၊ ပုတ်ခတ်သူအား အမျက်ထွက်သူသည် ထို့ထက်သာ၍ပင် စက်ဆုပ်ဖွယ်ဖြစ်၏။

389*

Nothing's better for the brahman
than when the mind is held back
from what is endearing & not.
However his harmful-heartedness
wears away,
that's how stress
simply comes to rest.

Na brāhmaṇass' etad-akiñci seyyo:
yadā nisedho manaso piyehi,
yato yato hiṁsamano nivattati,
tato tato sammati-m-eva dukkhaṁ.

န ဗြာဟ္မနသ္သေ တဒကိဉ္စိ သေယ္ယော၊ ယဒါ နိသေဓော မနသော ပိယေဟိ။

ယတော ယတော ဟိံသမနော နိဝတ္တတိ၊ တတော တတော သမ္မတိမေဝ ဒုက္ခံ။

ချစ်နှစ်သက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဒေါသစိတ်ကို မတားမြစ်နိုင်ခဲ့မူ ထိုမတားမြစ်နိုင်ခြင်းသည် သူတော်ကောင်းအတွက် အနည်းငယ်မျှပင်မမြတ်၊ အကြင်အကြင်ဝတ္ထုမှ ညှဉ်းဆဲလိုသောစိတ်သည် ဆုတ်နစ်၏၊ ထိုထို ဝတ္ထုမှ ဆင်းရဲမှု ငြိမ်းသည်သာတည်း။

390*

Whoever does no wrong
in body,
speech,
heart,
is restrained in these three ways:
he's what I call
a brahman.

Yassa kāyena vācāya manasā natthi dukkataṁ,
saṁvutaṁ tīhi ṭhānehi, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယဿ ကာယေန ဝါစာယ၊ မနသာ နတ္ထိ ဒုက္ကဋံ။
သံဝုတံ တီဟိ ဌာနေဟိ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား ကိုယ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ နှုတ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ စိတ်ဖြင့်လည်းကောင်း မကောင်းမှုပြုခြင်း မရှိ၊ ကိုယ်နှုတ် စိတ်သုံးပါးတို့ဖြင့် စောင့်ရှောက်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟောတော်မူ၏။

391

The person from whom
you would learn the Dhamma
taught by the Rightly
Self-Awakened One:
you should honor him with respect—
as a brahman, the flame for a sacrifice.

Yamhā Dhammaṁ vijāneyya Sammāsambuddhadesitaṁ,
sakkaccaṁ taṁ namasseyya, aggihuttaṁ va brāhmaṇo.

ယမှာ ဓမ္မံ ဝိဇာနေယျ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဒေသိတံ။
သက္ကစ္စံ တံ နမဿေယျ၊ အဂ္ဂိဟုတ္တံဝ ဗြာဟ္မဏော။

အကြင်ဆရာထံမှ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားအပ်သော တရားကိုသိရာ၏၊ ပုဏ္ဏားသည် မီးကိုပူဇော်သကဲ့သို့ ထိုဆရာကို ရိုသေစွာ ရှိခိုးရာ၏။

392*

Not by matted hair,
by clan, or by birth,
is one a brahman.
Whoever has truth
& rectitude:
he is a pure one,
he, a brahman.

What's the use of your matted hair,
you dullard?
What's the use of your deerskin cloak?
The tangle's inside you.
You comb the outside.

Na jaṭāhi na gottena, na jaccā hoti brāhmaṇo,
yamhi saccañ-ca Dhammo ca, so sucī so va brāhmaṇo.

Kiṁ te jaṭāhi dummedha, kiṁ te ajinasāṭiyā?
Abbhantaraṁ te gahanaṁ, bāhiraṁ parimajjasi.

နဋ္ဌာဟိ နဂေါတ္တေန၊ နဇစ္စာ ဟောတိ ဗြာဟ္မဏော။
ယမ္ဟိ သစ္စဉ္စ ဓမ္မော စ၊ သော သုစီ သော စ ဗြာဟ္မဏော။

ကိံ တေ ဇဋာဟိ ဒုမ္မေဓ၊ ကိံ တေ အဇိဏာသာဋိယာ။
အဗ္ဘန္တရံ တေ ဂဟနံ၊ ဗာဟိရံ ပရိမဇ္ဇသိ။

ဆံကျစ်ထုံးခြင်းတို့ဖြင့်လည်းကောင်း၊ အနွယ်အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဇာတ်အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဗြာဟ္မဏမဖြစ်နိုင်၊ သစ္စဉာဏ်နှင့် လောကုတ္တရာတရားရှိသူသည်သာ စင်ကြယ်သူလည်းဖြစ်၏၊ ဗြာဟ္မဏလည်းဖြစ်၏။

ပညာရှိသောရသေ့ သင့်အား ဆံကျစ်ထုံးခြင်းတို့ဖြင့် အဘယ်အကျိုး ရှိအံ့နည်း၊ သစ်နက်ရေဝတ်ခြင်းဖြင့် သင့်အား အဘယ်အကျိုးရှိအံ့နည်း၊ သင်၏ကိုယ်တွင်း၌ ကိလေသာတော ရှိသည် ဖြစ်လျက် ပြင်ပကိုသာ သုတ်သင်ဘိ၏။

393-394*

Wearing cast-off rags
—his body lean & lined with veins—
absorbed in jhana,

alone in the forest:
he's what I call
a brahman.

Paṁsukūladharaṁ jantuṁ, kisaṁ dhamanisanthataṁ,
ekaṁ vanasmiṁ jhāyantaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ပံသုကူလဓရံ ဇန္တုံ၊ ကိသံ ဓမနိသန္ထတံ။
ဧကံ ဝနသ္မိံ ဈာယန္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

ပုံသကူသင်္ကန်းကိုဆောင်သော ကြုံလှီ၍ အကြောပြိုင်းပြိုင်းထသော တစ်ဦးတည်း တောထဲ၌ ဈာန်ဝင်စားလေ့ရှိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟုငါဘုရားဟော၏။

395

I don't call one a brahman
for being born of a mother
or sprung from a womb.
He's called a 'bho-sayer'
if he has anything at all.
But someone with nothing,
who clings to no thing:
he's what I call
a brahman.

Na cāhaṁ brāhmaṇaṁ brūmi yonijaṁ mattisambhavaṁ,
bhovādī nāma so hoti sace hoti sakiñcano;
akiñcanaṁ anādānaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

န စာဟံ ဗြာဟ္မဏံ ဗြူမိ၊ ယောနိဇံ မတ္တိသမ္ဘဝံ။
ဘောဝါဒိ နာမ သော ဟောတိ၊ သစေ ဟောတိ သကိဉ္စနော။
အကိဉ္စနံ အနာဒါနံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

ပုဏ္ဏားမျိုးဥ်ဖြစ်သော ပုဏ္ဏေးမမှဖြစ်သောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားမဟော၊ ထိုပုဏ္ဏား သည် ရာဂစသော ကြောင့်ကြမှု ကိလေသာရှိခဲ့မူ ဘောဝါဒီ အမည်ရှိ၏။ ကြောင့်ကြမှု ကိလေသာလည်းမရှိ စွဲလမ်းမှုလည်းမရှိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

396*

Having cut every fetter,
he doesn't get ruffled.
Beyond attachment,

unshackled:
he's what I call
a brahman.

Sabbasaṁyojanaṁ chetvā yo ve na paritassati,
saṅgātigaṁ visaṁyuttaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

သဗ္ဗသံယောဇနံ ဆေတ္ဝာ၊ ယော ဝေ န ပရိတဿတိ။
သင်္ဂါတိဂံ ဝိသံယုတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အနှောင်အဖွဲ့သံယောဇဉ်အားလုံးကိုဖြတ်၍ ထိတ်လန့်ပူပန်မှု မရှိ၊ ကပ်ငြိတတ်သည့် ကိလေသာကိုလွန်သော ကိလေသာနှင့်မယှဉ်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

397

Having cut the strap & thong,
cord & bridle,
having thrown off the bar,
awakened:
he's what I call
a brahman.

Chetvā naddhiṁ varattañ-ca, sandānaṁ sahanukkamaṁ,
ukkhittapalighaṁ buddhaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ဆေတ္ဝာ နဒ္ဓိံ ဝရတ္တဉ္စ၊ သန္ဒာနံ သဟနုက္ကမံ။
ဥက္ခိတ္တပလိဃံ ဗုဒ္ဓံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

ဒေါသတည်းဟူသော နှောင်ကြိုးကိုလည်းကောင်း၊ တဏှာတည်းဟူသော လွန်ကြိုးကို လည်းကောင်း၊ ကိန်းအောင်းနေသော ကိလေသာနှင့်တကွသော မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ခြောက်ဆယ့်နှစ်ပါးတည်းဟူသော ထူးကြိုး ကိုလည်းကောင်းဖြတ်၍ အဝိဇ္ဇာ တံခါးကျည်မင်းတုပ်ကို နုတ်ပယ်ပြီးလျှင် သစ္စာလေးပါးကိုသိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

398*

He endures—unangered—
insult, assault, & imprisonment.
His army is strength;
his strength, forbearance:
he's what I call
a brahman.

Akkosaṁ vadhabandhañ-ca aduṭṭho yo titikkhati,
khantībalaṁ balānīkaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

အက္ကောသံ ဝဓဗန္ဓဉ္စ၊ အဒုဋ္ဌော ယော တိတိက္ခတိ။
ခန္တီဗလံ ဗလာနီကံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဆဲရေးခြင်း ပုတ်ခတ်ညှဉ်းဆဲခြင်း နှောင်ဖွဲ့ခြင်းကို အမျက်မထွက်ဘဲ သည်းခံ၏၊
သည်းခံခြင်းအားတည်းဟူသော စစ်သည်ဗိုလ်ပါရှိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

399

Free from anger,
duties observed,
principled, with no overbearing pride,
trained, a ‘last-body’:
he’s what I call
a brahman.

Akkodhanaṁ vatavantaṁ, sīlavantaṁ anussutaṁ,
dantaṁ antimasārīraṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

အက္ကောဓနံ ဝတဝန္တံ၊ သီလဝန္တံ အနုဿဒံ။
ဒန္တံ အန္တိမသာရီရံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အမျက်မထွက် ဓုတင်အကျင့်လည်းရှိ သီလနှင့်လည်းပြည့်စုံသော တဏှာပြန့်ပြောခြင်းလည်းမရှိ ယဉ်ကျေး၍
အဆုံးစွန်သောကိုယ်ရှိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

400*

Like water on a lotus leaf,
a mustard seed on the tip of an awl,
he doesn’t adhere to sensual pleasures:
he’s what I call
a brahman.

Vāri pokkharapatte va, āragge-r-iva sāsapo,
yo na lippati kāmesu, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ဝါရိ ပေါက္ခရပတ္တေဝ၊ အာရဂ္ဂေရိဝ သာသပေါ။
ယော န လိမ္ပတိ ကာမေသု၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

ကြာဖက်၌ ရေမတင်သကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ပွတ် ဆောက် စူးဖျား၌ မုန်ညင်းစေ့
မတည်နိုင်သကဲ့သို့လည်းကောင်း ကာမတို့၌ မလိမ်းကျံမကပ်ငြိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု
ငါဘုရားဟော၏။

401

He discerns right here,
for himself,
on his own,
his own
ending of stress.
Unshackled, his burden laid down:
he's what I call
a brahman.

Yo dukkhassa pajānāti idheva khayam-attano,
pannabhāraṁ visaṁyuttaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယော ဒုက္ခဿ ပဇာနာတိ၊ ဣဓေဝ ခယမတ္တနော။
ပန္နဘာရံ ဝိသံယုတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤဘဝ၌ပင် မိမိဆင်းရဲ၏ကုန်ရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ကိုသိ၏၊ ချအပ်သော ခန္ဓာဝန်ရှိ၍
ကိလေသာနှင့်မယှဉ်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

402*

Wise, profound
in discernment, astute
as to what is the path
& what's not;
his ultimate goal attained:
he's what I call
a brahman.

Gambhīrapaññaṁ medhāviṁ, maggāmaggassa kovidaṁ,
uttamatthaṁ anuppattaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ဂမ္ဘီရပညံ မေဓာဝိံ၊ မဂ္ဂါမဂ္ဂဿ ကောဝိဒံ။
ဥတ္တမတ္ထမနုပ္ပတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

နက်နဲသောပညာရှိသော ထက်မြက်သောပညာရှိသော လမ်းမှန်ဟုတ်သည် မဟုတ်သည်၌ လိမ္မာသော အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်ပြီးသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

403

Uncontaminated
by householders
& houseless ones alike;
living with no home,
with next to no wants:
he's what I call
a brahman.

Asaṁsaṭṭhaṁ gahaṭṭhehi anāgārehi cūbhayaṁ,
anokasāriṁ appicchaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

အသံသင့် ဂဟဋ္ဌေဟိ၊ အနာဂါရေဟိ စူဘယံ။
အနောကသာရိမပ္ပိစ္ဆံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

လူတို့နှင့်လည်းကောင်း ရဟန်းတို့နှင့်လည်းကောင်း နှစ်ပါးစုံသောသူတို့နှင့် မရောယှက်သော တဏှာကင်းကြောင်း အကျင့်ရှိသည်ဖြစ်၍ အလိုနည်းသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

404

Having put aside violence
against beings fearful or firm,
he neither kills nor
gets others to kill:
he's what I call
a brahman.

Nidhāya daṇḍaṁ bhūtesu tasesu thāvaresu ca,
yo na hanti na ghāteti, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

နိဓာယ ဒဏ္ဍံ ဘူတေသု၊ တသေသု ထာဝရေသု စ။
ယော န ဟန္တိ န ဃာတေတိ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ထိပ်လန့်တတ်သော ပုထုဇဉ်သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ လည်းကောင်း၊ မကြောက်မလန့် တည်တံ့သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့၌လည်းကောင်း တုတ်လက်နက်ကို ပယ်ချထားပြီးဖြစ်၍ မိမိလည်းမသတ် သူတစ်ပါးကိုလည်းမသတ်စေ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟော၏။

405

Unopposing among opposition,
unbound among the armed,
unclinging among those who cling:
he's what I call
a brahman.

Aviruddhaṁ viruddhesu, attadaṇḍesu nibbutaṁ,
sādānesu anādānaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

အဝိရုဒ္ဓံ ဝိရုဒ္ဓေသု၊ အတ္တဒဏ္ဍေသု နိဗ္ဗုတံ။
သာဒါနေသု အနာဒါနံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

ဆန့်ကျင်ဘက်ပြုသူတို့၌ မဆန့်ကျင်သော ဓားတုတ်ရှိသောသူတို့၌ ဓားတုတ် ချထားပြီးသည်ဖြစ်၍ ရန်ငြိမ်းသော စွဲလမ်းအပ်သောအရာတို့၌ စွဲလမ်းခြင်းမရှိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

406

His passion, aversion,
conceit, & contempt,
have fallen away—
like a mustard seed
from the tip of an awl:
he's what I call
a brahman.

Yassa rāgo ca doso ca māno makkho ca pātito,
sāsaporiva āraggā, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယဿ ရာဂေါ စ ဒေါသော စ၊ မာနော မက္ခော စ ပါတိတော။
သာသပေါရိဝ အာရဂ္ဂါ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

မုန်ညင်းစေ့သည် ပွတ်ဆောက် စူးဖျားမှ လျောကျသကဲ့သို့ စွဲမက်မှုရာဂ အမျက်ထွက်မှုဒေါသ ထောင်လွှားမှုမာန သူတစ်ပါး၏ဂုဏ်ကို ဖျက်စီးမှုမက္ခတို့ ကင်းပလျှောကျပြီးသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

407

He would say
what's non-grating,
instructive,
true—
abusing no one:
he's what I call

a brahman.

Akakkasaṁ viññapaniṁ giraṁ saccaṁ udīraye,
yāya nābhisaje kañci, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

အကက္ကသံ ဝိညာပနိံ၊ ဂိရံ် သစ္စမုဒီရယေ။
ယာယ နာဘိသဇေ ကဉ္စိ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

နူးညံ့ပြေပြစ်၍ သဘောအဓိပ္ပါယ်ပေါ်လွင်စေသော မှန်သောစကားကို ပြောဆိုရာ၏၊ မည်သည့်
တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုမျှ အမျက်ဒေါသဖြင့် မထိခိုက် မငြိစွန်းစေရာ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

408

Here in the world
he takes nothing not-given
—long, short,
large, small,
attractive, not:
he's what I call
a brahman.

Yodha dīghaṁ va rassaṁ vā aṇuṁ-thūlaṁ subhāsubhaṁ,
loke adinnaṁ nādiyati, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယောဓ ဒီဃံ ဝ ရဿံ ဝါ၊ အဏုံ ထူလံ သုဘာသုဘံ။
လောကေ အဒိန္နံ နာဒိယတိ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

လောက၌ ပိုင်ရှင်မပေးသောဥစ္စာကို ရှည်သည်ဖြစ်စေ၊ တိုသည်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သည် ဖြစ်စေ၊ ကြီးသည်ဖြစ်စေ၊
ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ မကောင်းသည်ဖြစ်စေ မခိုးယူသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

409

His longing for this
& for the next world
can't be found;
free from longing, unshackled:
he's what I call
a brahman.

Āsā yassa na vijjanti asmiṁ loke paramhi ca,
nirāsayaṁ visaṁyuttaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

အာသာ ယဿ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊ အသိံ လောကေ ပရမ္ပိ စ။
နိရာသာသံ ဝိသံယုတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား ဤလောကဌ်လည်းကောင်း၊ တမလွန်လောကဌ်လည်းကောင်း မက်မောမှု တဏှာမရှိကုန်၊
မက်မောမှု အာသာကင်း၍ ကိလေသာနှင့်မယှဉ်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

410

His attachments,
his homes,
can't be found.
He, through knowing,
is unperplexed,
has gained a footing
in the Deathless:
he's what I call
a brahman.

Yassālayā na vijjanti, aññāya akathaṅkathī,
amatogadhaṁ anuppattaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယဿာလယာ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊ အညာယ အကထံကထီ။
အမတောဂဓမနုပ္ပတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား ကပ်ငြိတွယ်တာခြင်းတို့မရှိကုန်၊ တရားမှန်ကိုသိ၍ သို့လော သို့လောဟု တွေးတောခြင်းမရှိ၊
အမြဲကိန်းဖွဲ့နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

411*

He has gone
beyond attachment here
for both merit & evil—
sorrowless, dustless, & pure:
he's what I call
a brahman.

Yodha puññañ-ca pāpañ-ca ubho saṅgaṁ upaccagā,
asokaṁ virajaṁ suddhaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယောဓ ပုညဉ္စ ပါပဉ္စ၊ ဥဘော သင်္ဂံပုစ္ဆဂါ။
အသောကံ ဝိရဇံ သုဒ္ဓံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

ဤလောက၌ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံ နှစ်ပါးစုံတို့ကို လည်းကောင်း၊ ကပ်ငြိတတ်သော တဏှာကိုလည်းကောင်း လွန်မြောက်၏၊ စိုးရိမ်ခြင်းမရှိသော ကိလေသာမြူ ကင်းသော စင်ကြယ်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

412*

Spotless, pure, like the moon
—limpid & calm—
his delights, his becomings,
totally gone:
he's what I call
a brahman.

Candaṁ va vimalaṁ suddhaṁ, vippasannam-anāvilaṁ,
nandībhavaparikkhīṇaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

စန္ဒံဝ ဝိမလံ သုဒ္ဓံ၊ ဝိပ္ပသန္နမနာဝိလံ။
နန္ဒီဘဝပရိက္ခီဏံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အညစ်အကြေးကင်းသော လမင်းကဲ့သို့ ကိလေသာမရှိ၍ စင်ကြယ်သော အထူးသဖြင့် ကြည်လင်သော နောက်ကျွေခြင်းမှကင်းလျက် ဘဝတို့၌နှစ်သက်တတ်သည့် တဏှာကုန်ခန်းသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏ ဟုငါဘုရားဟော၏။

413

He has made his way past
this hard-going path
—samsara, delusion—
has crossed over,
has gone beyond,
is free from want,
from perplexity,
absorbed in jhana,
through no-clinging
Unbound:
he's what I call
a brahman.

Yo imaṁ palipathaṁ duggaṁ saṁsāraṁ moham-accagā,
tiṇṇo pāragato jhāyī, anejo akathaṅkathī,
anupādāya nibbuto, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယောမံ ပလိပထံ ဒုဂ္ဂံ၊ သံသာရံ မောဟမစ္စဂါ။
တိဏ္ဏော ပါရင်္ဂတော စျာယီ၊ အနေဇော အကထံကထီ။
အနုပါဒါယ နိဗ္ဗုတော၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရာဂတည်းဟူသော ဘေးကိုလည်းကောင်း ကိလေသာတည်းဟူသော အသွားခက်သည့် ခရီးကိုလည်းကောင်း၊ သံသရာဟူသော အကူးခက်သည့် သမုဒ္ဒရာကိုလည်းကောင်း၊ မောဟတည်းဟူသော အမိုက်မှောင်ကိုလည်းကောင်း လွန်မြောက်ပြီး၊ ဩဃလေးပါးကို ကူးမြောက်ပြီးဖြစ်၍ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ကမ်းတစ်ဖက်သို့ရောက်၏၊ ကိလေသာတို့ကို ရှို့မြိုက်လေ့ရှိ၏၊ တဏှာကင်း၍ သို့လော သို့လော တွေးတောမှုမရှိ၊ အစွဲအလမ်းကင်း၍ ငြိမ်းအေး၏၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

414

Whoever, abandoning sensual passions here,
would go forth from home—
his sensual passions, becomings,
totally gone:
he's what I call
a brahman.

Whoever, abandoning craving here,
would go forth from home—
his cravings, becomings,
totally gone:
he's what I call
a brahman.

Yodha kāme pahatvāna anāgāro paribbaje,
kāmabhavaparikkhīṇaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ

Yodha taṇhaṁ pahatvāna, anāgāro paribbaje,
taṇhābhavaparikkhīṇaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယောဓ ကာမေ ပဟန္တွာန၊ အနာဂါရော ပရိဗ္ဗဇေ။
ကာမဘဝပရိက္ခီဏံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

ယောဓ တဏှံ ပဟန္တွာန၊ အနာဂါရော ပရိဗ္ဗဇေ။
တဏှာဘဝပရိက္ခီဏံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

ဤလောကဌ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် ကာမတို့ကိုပယ်၍ အိမ်ရာမထောင်ဘဲ ရဟန်းပြု၏၊ ကုန်ပြီးသောကာမ ကုန်ပြီးသောဘဝရှိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟော၏။

ဤလောက၌ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် တဏှာတို့ကိုပယ်၍ အိမ်ရာမထောင်ဘဲ ရဟန်းပြု၏၊ ကုန်ပြီးသောတဏှာ ကုန်ပြီးသောဘဝရှိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟော၏။

415-416

Having left behind
the human bond,
having made his way past
the divine,
from all bonds unshackled:
he's what I call
a brahman.

Hitvā mānusakaṁ yogaṁ, dibbaṁ yogaṁ upaccagā,
sabbayogavisaṁyuttaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ဟိတ္ဝာ မာနုသကံ ယောဂံ၊ ဒိဗ္ဗံ ယောဂံ ဥပစ္စဂါ။
သဗ္ဗယောဂဝိသံယုတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် လူ့၌ဖြစ်သော အစီးအပွားကိုပယ်စွန့်၍ နတ်၌ဖြစ်သော အစီးအပွားကို လွန်မြောက်၏၊ အလုံးစုံအစီးအပွားနှင့် မယှဉ်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟော၏။

417

Having left behind
delight & displeasure,
cooled, with no acquisitions—
a hero who has conquered
all the world,
every world:
he's what I call
a brahman.

Hitvā ratiñ-ca aratiñ-ca, sītibhūtaṁ nirūpadhiṁ,
sabbalokābhibhuṁ vīraṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ဟိတ္ဝာ ရတိ ဉ အရတိ ဉ၊ သီတိဘူတံ နိရူပဓိံ။
သဗ္ဗလောကာဘိဘုံ ဝီရံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

ကာမဂုဏ်၌ မွေ့လျော်ခြင်း ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ မမွေ့လျော်ခြင်းကို ပယ်စွန့်၍ ငြိမ်းအေးပြီးသော ဥပဓိမရှိသော အလုံးစုံ သောလောကကို လွှမ်းမိုး၍တည်သော ရဲရင့်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

418

He knows in every way
beings' passing away,
and their re-
arising;
unattached, awakened,
well-gone:
he's what I call
a brahman.

Cutiṁ yo vedi sattānaṁ upapattiñ-ca sabbaso,
asattaṁ sugataṁ buddhaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

စုတိံ ယော ဝေဒိ သတ္တာနံ၊ ဥပပတ္တိဉ္စ သဗ္ဗသော။
အသတ္တံ သုဂတံ ဗုဒ္ဓံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် သတ္တဝါတို့၏ သေခြင်းကို လည်းကောင်း ပဋိသန္ဓေနေခြင်းကို လည်းကောင်း အလုံးစုံအားဖြင့်သိ၏၊ ကပ်ငြိတွယ်တာခြင်းမရှိသော သူတော်ကောင်းအကျင့်ကို ကောင်းစွာကျင့်၍ သစ္စာလေးပါးကိုသိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟော၏။

419

He whose course they don't know
—devas, gandhabbas, & human beings—
his effluents ended, an arahant:
he's what I call
a brahman.

Yassa gatiṁ na jānanti devā gandhabbamānusā –
khīṇāsavaṁ Arahantaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယဿ ဂတိံ န ဇာနန္တိ၊ ဒေဝါ ဂန္ဓဗ္ဗမာနုသာ။
ခီဏာသဝံ အရဟန္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်၏ လားရာဂတိကို နတ် ဂန္ဓဗ္ဗနတ် လူတို့သည်မသိကုန်၊ အာသဝေါကုန်ခန်း၍ ရဟန္တာဖြစ်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

420

He who has nothing
—in front, behind, in between—
the one with nothing

who clings to no thing:
he's what I call
a brahman.

Yassa pure ca pacchā ca majjhe ca natthi kiñcanaṁ,
akiñcanaṁ anādānaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ယဿ ပုရေ စ ပစ္ဆာ စ၊ မဇ္ဈေ စ နတ္ထိ ကိဉ္စနံ။
အကိဉ္စနံ အနာဒါနံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား အတိတ်ခန္ဓာ၌ လည်းကောင်း၊ အနာဂတ်ခန္ဓာ၌ လည်းကောင်း၊ ပစ္စုပ္ပန်ခန္ဓာ၌ လည်းကောင်း ကြောင့်ကြမှုမရှိ၊ ကြောင့်ကြမှုမရှိသော စွဲလမ်းမှုကင်းသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

421*

A splendid bull, conqueror,
hero, great seer—
free from want,
awakened, washed:
he's what I call
a brahman.

Usabhaṁ pavaraṁ vīraṁ, mahesiṁ vijitāvinaṁ,
anejaṁ nhātakaṁ buddhaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ဥသဘံ ပဝရံ ဝီရံ၊ မဟေသိံ ဝိဇိတာဝိနံ။
အနေဇံ နှာတကံ ဗုဒ္ဓံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

ရှေ့ဆောင်နွားလားဥသဘနှင့်တူသော မြတ်၍ လုံ့လရှိသော သီလကွန္ဓစသည်ကို ရှာမှီးလေ့ရှိသော မာရ်သုံးပါးကိုအောင်သော တဏှာကင်းသော ကိလေသာအညစ်အကြေးကို ဆေးလျှော်ပြီးသော သစ္စာလေးပါးကိုသိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

422

He knows his former lives.
He sees heavens & states of woe,
has attained the ending of birth,
is a sage who has mastered full-knowing,
his mastery totally mastered:
he's what I call
a brahman.

Pubbenivāsaṁ yo vedī, saggāpāyañ-ca passati,
atho jātikkhayaṁ patto, abhiññāvosito muni,
sabbavositavosānaṁ, tam-ahaṁ brūmi brāhmaṇaṁ.

ပုဗ္ဗေနိဝါသံ ယော ဝေဒိ၊ သဂ္ဂါပါယဉ္စ ပဿတိ။
အထော ဇာတိက္ခယံ ပတ္တော၊ အဘိညာဝေါသိတော မုနိ။
သဗ္ဗဝေါသိတဝေါသာနံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးဘဝဖြစ်ဖူးသော ခန္ဓာအစဉ်ကိုသိ၏၊ နတ်ပြည် ငရဲပြည်ကိုလည်း မြင်၏၊ ပဋိသန္ဓေကုန်ရာ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်၏၊ ထူးသောဉာဏ်ဖြင့်သိ၍ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ပြီးသော ရဟန်းဖြစ်၏၊ အလုံးစုံသော ကိလေသာတို့၏ ကုန်ကြောင်းအကျင့်ကို ကျင့်သုံးအပ်ပြီးသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟော၏။

423*

Historical Notes:
The Text & the Translation

There are many versions of the Dhammapada now extant: several recensions of the Pali Dhammapada from Burma, Cambodia, Laos, Sri Lanka, and Thailand; two incomplete manuscripts of a Gandhari Dharmapada found in central Asia; and a manuscript of a Buddhist Hybrid-Sanskrit Dharmapada found in a library in Tibet, called the Patna Dharmapada because photographs of this manuscript are now kept in Patna, India. There is also a Chinese translation of the Dharmapada made in the third century C.E. from a Prakrit original, now no longer extant, similar to—but not identical with—the Pali Dhammapada. Parts of a Dharmapada text are included in the Mahavastu, a text belonging to the Lokottaravadin Mahasanghika school. In addition, there are Sanskrit, Tibetan, and Chinese versions of a text called the Udanavarga, which is known in at least four recensions, all of them containing many verses in common with the Dhammapada/Dharmapada (Dhp) texts. To further complicate matters, there are Jain anthologies that contain verses clearly related to some of those found in these Buddhist anthologies as well.

Despite the many similarities among these texts, they contain enough discrepancies to have fueled a small scholarly industry. The different recensions of the Pali Dhp contain so many variant readings that there isn't yet—even after more than a century of Western scholarship on the topic—a single edition covering them all. The discrepancies among the Pali and non-Pali versions are even greater. They arrange verses in different orders, each contains verses not found in the others, and among the verses in different versions that are related, the similarity in terms of imagery or message is sometimes fairly tenuous.

Fortunately for anyone looking to the Dhp for spiritual guidance, the differences among the various recensions—though many in number—range in importance from fairly minor to minor in the extreme. Allowing for a few obvious scribal errors, none of them fall outside the pale of what has long been accepted as standard early Buddhist doctrine as derived from the Pali discourses. For example, does the milk in verse 71 come out or does it curdle? Is the bond in verse 346 subtle, slack, or elastic? Is the brahman in verse 393 happy or is he pure? For all practical purposes, these questions hardly matter. They become important only when one is forced to take sides in choosing which version to translate, and even then the nature of the choice is like that of a conductor deciding which of the many versions of a Handel oratorio to perform.

Unfortunately for the translator, though, the scholarly discussions that have grown around these issues have tended to blow them all out of proportion, to the point where they call into question the authenticity of the Dhp as a whole. Because the scholars who

have devoted themselves to this topic have come up with such contradictory advice for the potential translator—including the suggestion that it's a waste of time to translate some of the verses at all—we need to sort through the discussions to see what, if any, reliable guidance they give.

Those who have worked on the issues raised by the variant versions of Dhp have, by and large, directed the discussion to figuring out which version is the oldest and most authentic, and which versions are later and more corrupt. Lacking any outside landmarks against which the versions can be sighted, scholars have attempted to reconstruct what must have been the earliest version by triangulating among the texts themselves. This textual trigonometry tends to rely on assumptions from among the following three types:

1) Assumptions concerning what is inherently an earlier or later form of a verse. These assumptions are the least reliable of the three, for they involve no truly objective criteria. If, for instance, two versions of a verse differ in that one is more internally consistent than the other, the consistent version will seem more genuine to one scholar, whereas another scholar will attribute the consistency to later efforts to "clean up" the verse. Similarly, if one version contains a rendition of a verse different from all other renditions of the same verse, one scholar will see that as a sign of deviance; another, as a sign of the authenticity that may have predated a later standardization among the texts. Thus the conclusions drawn by different scholars based on these assumptions tell us more about the scholars' presuppositions than they do about the texts themselves.

2) Assumptions concerning the meter of the verses in question. One of the great advances in recent Pali scholarship has been the rediscovery of the metrical rules underlying early Pali poetry. As the Buddha himself is quoted as saying, "Meter is the structural framework of verses." (SN 1:60) Knowledge of metrical rules thus helps the editor or translator spot which readings of a verse deviate from the structure of a standard meter, and which ones follow it. Theoretically, the obvious choice would be to adopt the latter and reject the former. In practice, however, the issue is not so clear-cut. Early Pali poetry dates from a time of great metrical experimentation, and so there is always the possibility that a particular poem was composed in an experimental meter that never achieved widespread recognition. There is also the possibility that—as the poetry was spontaneous and oral—a fair amount of metrical license was allowed. This means that the more "correct" forms of a verse may have been the products of a later attempt to fit the poetry into standard molds. Thus the conclusions based on the assumption of standard meters are not as totally reliable as they might seem.

3) Assumptions concerning the language in which the original Dhp was first composed. These assumptions require an extensive knowledge of Middle Indic dialects. A scholar will assume a particular dialect to have been the original language of the text, and will further make assumptions about the types of translation mistakes that might have been common when translating from that dialect into the languages of the texts we now have. The textual trigonometry based on these assumptions often involves such complicated methods of sighting and computation that it can produce an "original" version of the text that is just that: very original, coinciding with none of the versions extant. In other words, where the

current variants of a verse might be a, b, and c, the added assumption about the Dhp's original language and the ineptitude of ancient translators and copyists leads to the conclusion that the verse must have been d. However, for all the impressive erudition that this method involves, not even the most learned scholar can offer any proof as to what the Dhp's original language was. In fact, as we will consider below, it is possible that the Buddha—assuming that he was the author of the verses—composed poetry in more than one language, and more than one version of a particular verse. So, as with the first set of assumptions, the methods of triangulation based on an assumed original language of the Dhp tell us more about the individual scholar's position than they do about the position of the text.

Thus, although the scholarship devoted to the different recensions of the Dhp has provided a useful service in unearthing so many variant readings of the text, none of the assumptions used in trying to sort through those readings for "the original" Dhp have led to any definite conclusions. Their positive success has been limited mainly to offering food for academic speculation and educated guesses.

On the negative side, though, they have succeeded in accomplishing something totally useless: a wholesale sense of distrust for the early Buddhist texts, and the poetic texts in particular. If the texts contain so many varying reports, the feeling goes, and if their translators and transmitters were so incompetent, how can any of them be trusted? This distrust comes from accepting, unconsciously, the assumptions concerning authorship and authenticity within which our modern, predominately literate culture operates: that only one version of a verse could have been composed by its original author, and that all other versions must be later corruptions. In terms of the Dhp, this comes down to assuming that there was only one original version of the text, and that it was composed in a single language.

However, these assumptions are totally inappropriate for analyzing the oral culture in which the Buddha taught and in which the verses of the Dhp were first anthologized. If we look carefully at the nature of that culture—and in particular at clear statements from the early Buddhist texts concerning the events and principles that shaped those texts—we will see that it is perfectly natural that there should be a variety of reports about the Buddha's teachings, all of which might be essentially correct. In terms of the Dhp, we can view the multiple versions of the text as a sign, not of faulty transmission, but of an allegiance to their oral origins.

Oral prose and poetry are very different from their written counterparts. This fact is obvious even in our own culture. However, we have to make an active effort of the imagination to comprehend the expectations placed on oral transmission between speakers and listeners in a culture where there is no written word to fall back on. In such a setting, the verbal heritage is maintained totally through repetition and memorization. A speaker with something new to say has to repeat it often to different audiences—who, if they feel inspired by the message, are expected to memorize at least its essential parts. Because communication is face-to-face, a speaker is particularly prized for an ability to tailor his/her

message to the moment of communication, in terms of the audience's background from the past, its state of mind at present, and its hoped-for benefits in the future.

This puts a double imperative on both the speaker and the listener. The speaker must choose his/her words with an eye both to how they will affect the audience in the present and to how they will be memorized for future reference. The listener must be attentive, both to appreciate the immediate impact of the words and to memorize them for future use. Although originality in teaching is appreciated, it is only one of a constellation of virtues expected of a teacher. Other expected virtues include a knowledge of common culture and an ability to play with that knowledge for the desired effect in terms of immediate impact or memorability. The Pali Dhp (verse 45) itself makes this point in comparing the act of teaching, not to creating something totally new out of nothing, but to selecting among available flowers to create a pleasing arrangement just right for the occasion.

Of course, there are situations in an oral culture where either immediate impact or memorability is emphasized at the expense of the other. In a classroom, listening for impact is sacrificed to the needs of listening for memorization, whereas in a theater, the emphasis is reversed. All indications show, however, that the Buddha as a teacher was especially sensitive to both aspects of oral communication, and that he trained his listeners to be sensitive to both as well. On the one hand, the repetitious style of many of his recorded teachings seems to have been aimed at hammering them into the listener's memory; also, at the end of many of his discourses, he would summarize the main points of the discussion in an easy-to-memorize verse.

On the other hand, there are many reports of instances in which his listeners gained immediate Awakening while listening to his words. And, there is a delightful section in one of his discourses (the *Samaññaphala Suttanta,* DN 2) satirizing the teachers of other religious sects for their inability to break away from the formulaic mode of their teachings to give a direct answer to specific questions ("It's as if, when asked about a mango, one were to answer with a breadfruit," one of the interlocutors comments, "or, when asked about a breadfruit, to answer with a mango.") The Buddha, in contrast, was famous for his ability to speak directly to his listeners' needs.

This sensitivity to both present impact and future use is in line with two well-known Buddhist teachings: first, the basic Buddhist principle of causality, that an act has repercussions both in the present and on into the future; second, the Buddha's realization, early on in his teaching career, that some of his listeners would attain Awakening immediately on hearing his words, whereas others would be able to awaken only after taking his words, contemplating them, and putting them into prolonged practice.

A survey of the Buddha's prose discourses recorded in the Pali Canon gives an idea of how the Buddha met the double demands placed on him as a teacher. In some cases, to respond to a particular situation, he would formulate an entirely original teaching. In others, he would simply repeat a formulaic answer that he kept in store for general use: either teachings original with him, or more traditional teachings—sometimes lightly tailored, sometimes not—that fit in with his message. In still others, he would take formulaic bits and pieces, and combine them in a new way for the needs at hand. A survey

of his poetry reveals the same range of material: original works; set pieces—original or borrowed, occasionally altered in line with the occasion; and recyclings of old fragments in new juxtapositions.

Thus, although the Buddha insisted that all his teachings had the same taste—that of release—he taught different variations on the theme of that taste to different people on different occasions, in line with his perception of their short- and long-term needs. In reciting a verse to a particular audience, he might change a word, a line, or an image, to fit in with their backgrounds and individual needs.

Adding to this potential for variety was the fact that the people of northern India in his time spoke a number of different dialects, each with its own traditions of poetry and prose. The Pali Cullavagga (V.33.1) records the Buddha as insisting that his listeners memorize his teachings, not in a standardized lingua franca, but in their own dialects. There is no way of knowing whether he himself was multi-lingual enough to teach all of his students in their own dialects, or expected them to make the translations themselves. Still, it seems likely that, as a well-educated aristocrat of the time, he would have been fluent in at least two or three of the most prevalent dialects. Some of the discourses—such as DN 21—depict the Buddha as an articulate connoisseur of poetry and song, so we can expect that he would also have been sensitive to the special problems involved in the effective translation of poetry—alive, for instance, to the fact that skilled translation requires more than simply substituting equivalent words. The Mahavagga (V.13.9) reports that the Buddha listened, with appreciation, as a monk from the southern country of Avanti recited some of his teachings—apparently in the Avanti dialect—in his presence. Although scholars have often raised questions about which language the Buddha spoke, it might be more appropriate to remain open to the possibility that he spoke—and could compose poetry in—several. This possibility makes the question of "the" original language or "the" original text of the Dhp somewhat irrelevant.

The texts suggest that even during the Buddha's lifetime his students made efforts to collect and memorize a standardized body of his teachings under a rubric of nine categories: dialogues, narratives of mixed prose and verse, explanations, verses, spontaneous exclamations, quotations, birth stories, amazing events, question and answer sessions. However, the act of collecting and memorizing was pursued by only a sub-group among his monks, while other monks, nuns, and lay people doubtlessly had their own individual memorized stores of teachings they had heard directly from the Buddha or indirectly through the reports of their friends and acquaintances.

The Buddha had the foresight to ensure that this less standardized fund of memories not be discounted by later generations; at the same time, he established norms so that mistaken reports, deviating from the principles of his teachings, would not be allowed to creep into the accepted body of doctrine. To discourage fabricated reports of his words, he warned that anyone who put words in his mouth was slandering him (AN 2:23). This, however, could in no way prevent mistaken reports based on honest misunderstandings. So, shortly before his death, he summarized the basic principles of his teachings: the 37 Wings to Awakening (*bodhi-pakkhiya dhamma*—see the note to verse 301) in the general

framework of the development of virtue, concentration, and discernment, leading to release. Then he announced the general norms by which reports of his teachings were to be judged. The *Mahaparinibbana Suttanta* (DN 16) quotes him as saying:

"There is the case where a monk says this: 'In the Blessed One's presence have I heard this, in the Blessed One's presence have I received this... In the presence of a community with well-known leading elders... In a monastery with many learned elders who know the tradition... In the presence of a single elder who knows the tradition have I heard this, in his presence have I received this: This is the Dhamma, this is the Vinaya, this is the Teacher's instruction.' His statement is neither to be approved nor scorned. Without approval or scorn, take careful note of his words and make them stand against the discourses and tally them against the Vinaya. If, on making them stand against the discourses and tallying them against the Vinaya, you find that they don't stand with the discourses or tally with the Vinaya, you may conclude: 'This is not the word of the Blessed One; this monk has misunderstood it'—and you should reject it. But if... they stand with the discourses and tally with the Vinaya, you may conclude: 'This is the word of the Blessed One; this monk has understood it rightly.'"

Thus, a report of the Buddha's teachings was to be judged, not on the authority of the reporter or his sources, but on the principle of consistency: did it fit in with what was already known of the doctrine? This principle was designed to ensure that nothing at odds with the original would be accepted into the standard canon, but it did open the possibility that teachings in line with the Buddha's, yet not actually spoken by him, might find their way in. The early redactors of the canon seem to have been alert to this possibility, but not overly worried by it. As the Buddha himself pointed out many times, he did not design or create the Dhamma. He simply found it in nature. Anyone who developed the pitch of mental strengths and abilities needed for Awakening could discover the same principles as well. Thus the Dhamma was by no means exclusively his.

This attitude was carried over into the passages of the Vinaya that cite four categories of Dhamma statements: spoken by the Buddha, spoken by his disciples, spoken by seers (non-Buddhist sages), spoken by heavenly beings. As long as a statement was in accordance with the basic principles, the question of who first stated it did not matter. In an oral culture, where a saying might be associated with a person because he authored it, approved it, repeated it often, or inspired it by his/her words or actions, the question of authorship was not the overriding concern it has since become in literate cultures. The recent discovery of evidence that a number of teachings associated with the Buddha may have pre- or post-dated his time would not have fazed the early Buddhists at all, as long as those teachings were in accordance with the original principles.

Shortly after the Buddha's passing away, the Cullavagga (XI) reports, his disciples met to agree on a standardized canon of his teachings, abandoning the earlier nine-fold classification and organizing the material into something approaching the canon we have today. There is clear evidence that some of the passages in the extant canon do not date to the first convocation, as they report incidents that took place afterwards. The question naturally arises as to whether there are any other later additions not so obvious. This

question is particularly relevant with regard to texts like the Dhp, whose organization differs considerably from redaction to redaction, and leads naturally to the further question of whether a later addition to the canon can be considered authentic. The Cullavagga (XI.1.11) recounts an incident that sheds light on this issue:

Now at that time, Ven. Purana was wandering on a tour of the Southern Hills with a large community of monks, approximately 500 in all. Then, having stayed as long as he liked in the Southern Hills while the elder monks were standardizing the Dhamma and Vinaya, he went to the Bamboo Park, the Squirrels' Sanctuary, in Rajagaha. On arrival, he went to the elder monks and, after exchanging pleasantries, sat to one side. As he was sitting there, they said to him, "Friend Purana, the Dhamma and Vinaya have been standardized by the elders. Switch over to their standardization." [He replied:] "The Dhamma and Vinaya have been well-standardized by the elders. Still, I will hold simply to what I have heard and received in the Blessed One's presence."

In other words, Ven. Purana maintained—and undoubtedly taught to his followers—a record of the Buddha's teachings that lay outside the standardized version, but was nevertheless authentic. As we have already noted, there were monks, nuns, and lay people like him even while the Buddha was alive, and there were probably others like him who continued maintaining personal memories of the Buddha's teachings even after the latter's death.

This story shows the official early Buddhist attitude toward such differing traditions: each accepted the trustworthiness of the others. As time passed, some of the early communities may have made an effort to include these "external" records in the standardized canon, resulting in various collections of prose and verse passages. The range of these collections would have been determined by the material that was available in, or could be effectively translated into, each individual dialect. Their organization would have depended on the taste and skill of the individual collectors. Thus, for instance, we find verses in the Pali Dhp that do not exist in other Dhps, as well as verses in the Patna and Gandhari Dhps that the Pali tradition assigns to the Jataka or Sutta Nipata. We also find verses in one redaction composed of lines scattered among several verses in another. In any event, the fact that a text was a later addition to the standardized canon does not necessarily mean that it was a later invention. Given the ad hoc way in which the Buddha sometimes taught, and the scattered nature of the communities who memorized his teachings, the later additions to the canons may simply represent earlier traditions that escaped standardization until relatively late.

When Buddhists began committing their canons to writing, approximately at the beginning of the common era, they brought a great change to the dynamic of how their traditions were maintained. The advantages of written over oral transmission are obvious: the texts are saved from the vagaries of human long-term memory and do not die out if those who have memorized them die before teaching others to memorize them as well. The disadvantages of written transmission, however, are less obvious but no less real. Not only is there the possibility of scribal error, but—because transmission is not face-to-face—there can also be the suspicion of scribal error. If a reading seems strange to a student, he has no

way of checking with the scribe, perhaps several generations distant, to see if the reading was indeed a mistake. When confronted with such problems, he may "correct" the reading to fit in with his ideas of what must be right, even in cases where the reading was correct, and its perceived strangeness was simply a result of changes in the spoken dialect or of his own limited knowledge and imagination. The fact that manuscripts of other versions of the text were also available for comparison in such instances could have led scribes to homogenize the texts, removing unusual variants even when the variants themselves may have gone back to the earliest days of the tradition.

These considerations of how the Dhp may have been handed down to the present—and especially the possibility that (1) variant recensions might all be authentic, and that (2) agreement among the recensions might be the result of later homogenization—have determined the way in which I have approached this translation of the Pali Dhp. Unlike some other recent translators, I am treating the Pali Dhp as a text with its own integrity—just as each of the alternative traditions has its own integrity—and have not tried to homogenize the various traditions. Where the different Pali recensions are unanimous in their readings, even in cases where the reading seems strange (e.g., 71, 209, 259, 346), I have stuck with the Pali without trying to "rectify" it in light of less unusual readings given in the other traditions. Only in cases where the different Pali redactions are at variance with one another, and the variants seem equally plausible, have I checked the non-Pali texts to see which variant they support. The translation here is drawn from three editions of the text: the Pali Text Society (PTS) edition edited by O. von Hinüber and K.R. Norman (1995); the Oxford edition edited by John Ross Carter and Mahinda Palihawadana, together with its extensive notes (1987); and the Royal Thai edition of the Pali Canon (1982). The pts edition gives the most extensive list of variant readings among the Pali recensions, but even it is not complete. The Royal Thai edition, for example, contains 49 preferred and 8 variant readings not given in the PTS version at all. Passages where I have differed from the PTS reading are cited in the End Notes.

Drawing selectively on various recensions in this way, I cannot guarantee that the resulting reading of the Dhp corresponds exactly to the Buddha's words, or to any one text that once existed in ancient India. However, as I mentioned at the beginning of this note, all the recensions agree in their basic principles, so the question is immaterial. The true test of the reading—and the resulting translation—is if the reader feels engaged enough by the verses to put their principles into practice and finds that they do indeed lead to the release that the Buddha taught. In the final analysis, nothing else really counts.

End Notes

(Numbers refer to verses)

1-2: The fact that the word *mano* is paired here with *dhamma* would seem to suggest that it is meant in its role as "intellect," the sense medium that conveys knowledge of ideas or mental objects (two possible meanings for the word dhamma). However, the illustrations in the second sentence of each verse show that it is actually meant in its role as the mental factor responsible for the quality of one's actions (as in *mano-kamma),* the factor of will and intention, shaping not only mental events but also physical reality (on this point, see SN 35:145). Thus, following a Thai tradition, I have rendered it here as "heart."

The images in these verses are carefully chosen. The cart, representing suffering, is a burden on the ox pulling it, and the weight of its wheels obliterates the ox's track. The shadow, representing happiness, is no weight on the body at all.

All Pali recensions of this verse give the reading, *manomaya* = made of the heart, while all other recensions give the reading *manojava* = impelled by the heart.

8: Focused on the foul: A meditative exercise in focusing on the foul aspects of the body so as to help undercut lust and attachment for the body (see MN 119). AN 3:16 gives a standard definition for restraint with the senses: "And how does a monk guard the doors to his sense faculties? There is the case where a monk, on seeing a form with the eye, does not grasp at any theme or particulars by which—if he were to dwell without restraint over the faculty of the eye—evil, unskillful qualities such as greed or distress might assail him. He practices with restraint. He guards the faculty of the eye. He achieves restraint with regard to the faculty of the eye. (Similarly with the ear, nose, tongue, body & intellect.) This is how a monk guards the doors to his sense faculties."

11-12: Wrong resolves = mental resolves for sensuality, ill will, or harmfulness. Right resolves = mental resolves for freedom from sensuality, for freedom from ill will, and for harmlessness.

17-18: "Destination" in these two verses and throughout the text means one's destination after death.

21: The Deathless = Unbinding *(nibbana/nirvana),* which gives release from the cycle of death and rebirth.

22: "The range of the noble ones": Any of the four stages of Awakening, as well as the total Unbinding to which they lead. The four stages are: (1) stream-entry, at which one abandons the first three mental fetters tying one to the round of rebirth: self-identity views, uncertainty, and grasping at habits and practices; (2) once-returning, at which passion,

aversion, and delusion are further weakened; (3) non-returning, at which sensual passion and irritation are abandoned; and (4) arahantship, at which the final five fetters are abandoned: passion for form, passion for formless phenomena, conceit, restlessness, and ignorance. For other references to the "range of the noble ones," see 92-93 and 179-180.

37: "Lying in a cave": According to the Dhp Commentary (hereafter referred to as DhpA), "cave" here means the physical heart, as well as the four great properties—earth (solidity), water (liquidity), fire (heat), and wind (motion)—that make up the body. Sn 4:2 also compares the body to a cave.

39: According to DhpA, "unsoddened mind" means one into which the rain of passion doesn't penetrate (see 13-14); "unassaulted awareness" means a mind not assaulted by anger. "Beyond merit & evil": The arahant is beyond merit and evil in that he/she has none of the mental defilements—passion, aversion, or delusion—that would lead to evil actions, and none of the attachments that would cause his/her actions to bear kammic fruit of any sort, good or bad.

40: "Without settling there, without laying claim": two meanings of the word *anivesano.*

42: AN 7:60 illustrates this point with seven ways that a person harms him/herself when angry, bringing on results that an enemy would wish: He/she becomes ugly, sleeps badly, mistakes profit for loss and loss for profit, loses wealth, loses his/her reputation, loses friends, and acts in such a way that—after death—he/she reappears in a bad rebirth.

44-45: "Dhamma-saying": This is a translation for the term dhammapada. To ferret out the well-taught Dhamma-saying means to select the appropriate maxim to apply to a particular situation, in the same way that a flower-arranger chooses the right flower, from a heap of available flowers (see 53), to fit into a particular spot in the arrangement. "The learner-on-the-path": A person who has attained any of the first three of the four stages of Awakening (see note 22).

48: According to DhpA, the End-maker is death. According to another ancient commentary, the End-maker is Mara.

53: The last line of the Pali here can be read in two ways, either "even so, many a skillful thing should be done by one born & mortal" or "even so, many a skillful thing should be done with what's born & mortal." The first reading takes the phrase *jatena maccena,* born & mortal, as being analogous to the flower-arranger implicit in the image. The second takes it as analogous to the heap of flowers explicitly mentioned. In this sense, "what's born & is mortal" would denote one's body, wealth, and talents.

54-56: *Tagara* = a shrub that, in powdered form, is used as a perfume. AN 3:79 explains the how the scent of a virtuous person goes against the wind and wafts to the devas, by saying that those human and celestial beings who know of the good character of a virtuous person will broadcast one's good name in all directions.

57: "Right knowing": the knowledge of full Awakening.

71: "Doesn't—like ready milk—come out right away": All Pali recensions of this verse give the verb *muccati*—"to come out" or "to be released"—whereas DhpA agrees with the Sanskrit recensions in reading the verb as if it were *mucchati/murchati,* "to curdle." The former reading makes more sense, both in terms of the image of the poem—which contrasts coming out with staying hidden—and with the plain fact that fresh milk doesn't curdle right away. The Chinese translation of Dhp supports this reading, as do two of three scholarly editions of the Patna Dhp.

79: "Drinking the Dhamma, refreshed by the Dhamma": two meanings of the word, *dhammapiti.* "Clear … calm": two meanings of *vipasannena.*

83: "Stand apart": reading *cajanti* with DhpA and many Asian editions.

86: The syntax of this verse yields the best sense if we take *param* as meaning "across," and not as "the far shore."

89: Factors for self-awakening = mindfulness, analysis of qualities, persistence, rapture, serenity, concentration, and equanimity.

92-93: "Having understood food …. independent of nutriment": The first question in the Novice's Questions (Khp 4) is "What is one?" The answer: "All animals subsist on nutriment." The concept of food and nutriment here refers to the most basic way of understanding the causal principle that plays such a central role in the Buddha's teaching. As SN 12:64 points out, "There are these four nutriments for the establishing of beings who have taken birth or for the support of those in search of a place to be born. Which four? Physical nutriment, gross or refined; contact as the second, consciousness the third, and intellectual intention the fourth." The present verses make the point that the arahant has so fully understood the process of physical and mental causality that he/she is totally independent of it, and thus will never take birth again. Such a person cannot be comprehended by any of the forms of understanding that operate within the causal realm.

94: "Such *(tadin)":* an adjective used to describe one who has attained the goal of Buddhist practice, indicating that the person's state is indefinable but not subject to change or influences of any sort. "Right knowing": the knowledge of full Awakening.

95: Indra's pillar = a post set up at the gate of a city. According to DhpA, there was an ancient custom of worshipping this post with flowers and offerings, although those who wanted to show their disrespect for this custom would urinate and defecate on the post. In either case, the post did not react.

97: This verse is a series of puns. The negative meanings of the puns are on the left side of the slashes; the positive meanings, on the right. The negative meanings are so extremely negative that they were probably intended to shock their listeners. One scholar has suggested that the last word—*uttamaporiso,* the ultimate person—should also be read as a pun, with the negative meaning, "the extreme of audacity," but that would weaken the shock value of the verse.

100: According to DhpA, the word *sahassam* in this and the following verses means "by the thousands" rather than "a thousand." The same principle would also seem to hold for *satam*—"by the hundreds" rather than "a hundred"—in 102.

108: "Doesn't come to a fourth": DhpA: The merit produced by all sacrificial offerings given in the world in the course of a year doesn't equal even one fourth of the merit made by paying homage once to one who has gone the straight way to Unbinding.

121-122: "('It won't amount to much')": reading *na mattam agamissati* with the Thai edition. Other editions read, *na mantam agamissati,* "It won't come to me."

126: Heaven and hell, in the Buddhist view of the cosmos, are not eternal states. One may be reborn on one of the various levels of heaven or hell as the result of one's kamma on the human plane, and then leave that level when that particular store of kamma wears out.

143: Some translators have proposed that the verb *apabodheti,* here translated as "awakens" should be changed to *appam bodheti,* "to think little of." This, however, goes against the sense of the verse and of a recurrent image in the Canon, that the better-bred the horse, the more sensitive it is even to the idea of the whip, to say nothing of the whip itself. See, for example, AN 4:113.

The question raised in this verse is answered in SN 1:18:

Those restrained by conscience
are rare—
those who go through life
always mindful.
Having reached the end
of suffering & stress,
they go through what is uneven
evenly;
go through what is out-of-tune
in tune.

152: Muscles: This is a translation of the Pali *mansani,* which is usually rendered in this verse as "flesh." However, because the Pali word is in the plural form, "muscles" seems more accurate—and more to the point.

153-154: DhpA: These verses were the Buddha's first utterance after his full Awakening. For some reason, they are not reported in any of the other canonical accounts of the events following on the Awakening.

DhpA: "House" = selfhood; house-builder = craving. "House" may also refer to the nine abodes of beings—the seven stations of consciousness and two spheres (see Khp 4 and DN 15).

The word *anibbisam* in 153 can be read either as the negative gerund of *nibbisati* ("earning, gaining a reward") or as the negative gerund of *nivisati,* altered to fit the meter, meaning "coming to a rest, settled, situated." Both readings make sense in the context of

the verse, so the word is probably intended to have a double meaning: without reward, without rest.

157: "The three watches of the night": this is the literal meaning of the verse, but DhpA shows that the image of staying up to nurse someone in the night is meant to stand for being wakeful and attentive throughout the three stages of life: youth, middle age, and old age. The point here is that it is never too early or too late to wake up and begin nurturing the good qualities of mind that will lead to one's true benefit. On this point, see AN 3:51-52, where the Buddha counsels two old brahmans, nearing the end of their life span, to begin practicing generosity along with restraint in thought, word, and deed.

162: DhpA completes the image of the poem by saying that one's vice brings about one's own downfall, just as a *maluva* creeper ultimately brings about the downfall of the tree it overspreads. See note 42.

164: A bamboo plant bears fruit only once and then dies soon after.

165: "No one purifies another. No other purifies one." These are the two meanings of the one phrase, *naññ̃o aññ̃am visodhaye.*

166: AN 4:95 lists four types of people in descending order: those devoted to their own true welfare as well as that of others, those devoted to their own true welfare but not that of others, those devoted to the true welfare of others but not their own, and those devoted neither to their own true welfare nor that of others. SN 47:19 makes the point that if one is truly devoted to one's own welfare, others automatically benefit, in the same way that an acrobat maintaining his/her own balance helps his/her partner stay balanced as well.

170: Sn 5:15 reports a conversation between the Buddha and the brahman Mogharaja with a point similar to that of this verse:

Mogharaja:

How does one view the world
so as not to be seen
by Death's king?

The Buddha:

View the world, Mogharaja,
as empty—
always mindful
to have removed any view
about self.
This way one is above & beyond death.
This is how one views the world
so as not to be seen
by Death's king.

176: This verse is also found at Iti 25, where the context makes clear the meaning of *ekam dhammam,* or "this one thing": the principle of truthfulness.

178: The fruit of stream entry is the first of the four stages of Awakening (see note 22). A person who has attained stream entry—entry into the stream that flows inevitably to Unbinding—is destined to attain full Awakening within at most seven lifetimes, never falling below the human state in the interim.

183-185: These verses are a summary of a talk called the *Ovada Patimokkha,* which the Buddha is said to have delivered to an assembly of 1,250 arahants in the first year after his Awakening. Verse 183 is traditionally viewed as expressing the heart of the Buddha's teachings.

191: The noble eightfold path: right view, right resolve, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness, right concentration.

195-196: Objectification = *papañca.* Alternative translations of this term would be proliferation, elaboration, exaggeration, complication. The term is used both in philosophical contexts—in connection with troubles and conflict—and in artistic contexts, in connection with the way in which an artistic theme is objectified and elaborated. Sn 4:14 states that the classifications of objectification begin with the perception by which one objectifies oneself—"I am the thinker"—and then spread to objectify the rest of experience around the issues caused by that perception. MN 18 explains how this leads to conflict: "Dependent on eye & forms, eye-consciousness arises. The meeting of the three is contact. With contact as a requisite condition, there is feeling. What one feels, one perceives [labels in the mind]. What one perceives, one thinks about. What one thinks about, one objectifies. Based on what a person objectifies, the perceptions & categories of objectification assail him/her with regard to past, present, & future forms cognizable via the eye. [Similarly with the other senses.] …. Now, with regard to the cause whereby the perceptions & categories of objectification assail a person: if there is nothing there to relish, welcome, or remain fastened to, then that is the end of obsession with passion, irritation, views, uncertainty, conceit, passion for becoming, & ignorance. That is the end of taking up rods & bladed weapons, of arguments, quarrels, disputes, accusations, divisive tale-bearing, & false speech. That is where these evil, unskillful actions cease without remainder."

209: This verse plays with the various meanings of *yoga* (task, striving, application, meditation) and a related term, *anuyuñjati* (keeping after something, taking someone to task). In place of the Pali reading *attanuyoginam,* "those who kept after themselves," the Patna Dhp reads *atthanuyoginam,* "those who kept after/remained devoted to the goal."

218: "The up-flowing stream": DhpA: the attainment of non-returning, the third of the four stages of Awakening (see note 22).

219-220: The Pali in these verses repeats the word "comes" three times, to emphasize the idea that if the results of meritorious actions await one after death, one's going to the next world is more like a homecoming.

231-233: Bodily misconduct = killing, stealing, engaging in illicit sex. Verbal misconduct = lies, divisive speech, harsh speech, idle chatter. Mental misconduct = covetousness, ill will, wrong views. See MN 41.

235: Yama = the god of the underworld. Yama's minions or underlings were believed to appear to a person just prior to the moment of death.

236: Impurities, blemishes = passion, aversion, delusion, and their various permutations, including envy, miserliness, hypocrisy, and boastfulness.

240: "One who lives slovenly": As DhpA makes clear, this refers to one who uses the requisites of food, clothing, shelter, and medicine without the wisdom that comes with reflecting on their proper use. The Pali term here is *atidhonacarin,* a compound built around the word *dhona,* which means clean or pure. The *ati-* in the compound could mean "overly," thus yielding, "one overly scrupulous in his behavior," but it can also mean "transgressing," thus, "transgressing against what is clean" = "slovenly." The latter reading fits better with the image of rust as a deficiency in the iron resulting from carelessness.

254-255: "No outside contemplative": No true contemplative, defined as a person who has attained any of the four stages of Awakening, exists outside of the practice of the Buddha's teachings (see note 22). In DN 16, the Buddha is quoted as teaching his final student: "In any doctrine & discipline where the noble eightfold path is not found, no contemplative of the first… second… third… fourth order [stream-winner, once-returner, non-returner, or arahant] is found. But in any doctrine & discipline where the noble eightfold path is found, contemplatives of the first… second… third… fourth order are found. The noble eightfold path is found in this doctrine & discipline, and right here there are contemplatives of the first… second… third… fourth order. Other teachings are empty of knowledgeable contemplatives. And if the monks dwell rightly, this world will not be empty of arahants." (On the noble eightfold path, see note 191.)

On "objectification," see note 195-196.

256-257: The sense of the verse, confirmed by DhpA, suggests that the Pali word *dhammattho* means "judge." This, in fact, is the theme tying together the verses in this chapter. The duty of a judge is to correctly determine *attha,* a word that denotes both "meaning" and "judgment," these two senses of the word being connected by the fact that the judge must interpret the meanings of words used in rules and principles to see how they correctly apply to the particulars of a case so that he can pass a correct verdict. The remaining verses in this chapter give examples of interpreting attha in an appropriate way.

259: "Sees Dhamma through his body": The more common expression in the Pali Canon (e.g., in AN 6:46 and AN 9:45) is to touch Dhamma through or with the body (*phusati* or *phassati,* "he touches," rather than *passati,* "he sees"). The Sanskrit recensions and the Patna Dhp all support the reading, "he would touch," but all Pali recensions are unanimous in the reading, "he sees." Some scholars regard this latter reading as a corruption of the verse; I personally find it a more striking image than the common expression.

265: This verse plays with a number of nouns and verbs related to the adjective *sama,* which means "even," "equal," "on pitch," or "in tune." Throughout ancient cultures, the terminology of music was used to describe the moral quality of people and acts. Discordant intervals or poorly-tuned musical instruments were metaphors for evil; harmonious intervals and well-tuned instruments, for good. Thus in Pali, *samana,* or contemplative, also means a person who is in tune with the principles of rightness and truth inherent in nature. Here and in 388, I've attempted to give a hint of these implications by associating the word "contemplative" with "consonance."

268-269: This verse contains the Buddhist refutation of the idea that "those who know don't speak, those who speak don't know." For another refutation of the same idea, see DN 12. In Vedic times, a sage *(muni)* was a person who took a vow of silence *(mona)* and was supposed to gain special knowledge as a result. The Buddhists adopted the term *muni,* but redefined it to show how true knowledge was attained and how it expressed itself in the sage's actions. For a fuller portrait of the ideal Buddhist sage, see AN 3:23 and Sn 1:12.

271-272: This verse has what seems to be a rare construction, in which *na* + instrumental nouns + a verb in the aorist tense gives the force of a prohibitive ("Don't, on account of x, do y"). "The renunciate ease that run-of-the-mill people don't know," according to DhpA, is the state of non-returning, the third of the four stages of Awakening (see note 22). Because non-returners are still attached to subtle states of becoming on the level of form and formlessness, DhpA drives home the message that even non-returners should not be complacent by paraphrasing a passage from AN 1 (202 in the Thai edition; at the end of Chapter 19 in the PTS edition) that reads, "Just as even a small amount of excrement is foul-smelling, in the same way I do not praise even a small amount of becoming, even for the extent of a fingersnap."

273: The four truths: stress, its cause, its cessation, and the path to its cessation (which is identical to the eightfold path). See note 191.

275: "I have taught you this path": reading *akkhato vo maya maggo* with the Thai edition, a reading supported by the Patna Dhp. "Having known—for your knowing": two ways of interpreting what is apparently a play on the Pali word, *aññaya,* which can be either be the gerund of *ajanati* or the dative of *aññā.* On the extraction of arrows as a metaphor for the practice, see MN 63 and MN 105.

285: Although the first word in this verse, *ucchinda,* literally means "crush," "destroy," "annihilate," I have found no previous English translation that renders it accordingly. Most translate it as "cut out" or "uproot," which weakens the image. On the role played by self-allure in leading the heart to become fixated on others, see AN 7:48.

288: Ender = death.

293: Mindfulness immersed in the body = the practice of focusing on the body at all times simply as a phenomenon in and of itself, as a way of developing meditative absorption *(jhana)* and removing any sense of attraction to, distress over, or identification

with the body. MN 119 lists the following practices as instances of mindfulness immersed in the body: mindfulness of breathing, awareness of the four postures of the body (standing, sitting, walking, lying down), alertness to all the actions of the body, analysis of the body into its 32 parts, analysis of it into its four properties (earth, water, fire, wind), and contemplation of the body's inevitable decomposition after death.

294: This verse and the one following it use terms with ambiguous meanings to shock the listener. According to DhpA, mother = craving; father = conceit; two warrior kings = views of eternalism (that one has an identity remaining constant through all time) and of annihilationism (that one is totally annihilated at death); kingdom = the twelve sense spheres (the senses of sight, hearing, smell, taste, feeling, and ideation, together with their respective objects); dependency = passions for the sense spheres.

295: DhpA: two learned kings = views of eternalism and annihilationism; a tiger = the path where the tiger goes for food, i.e., the hindrance of uncertainty, or else all five hindrances (sensual desire, ill will, torpor & lethargy, restlessness & anxiety, and uncertainty). However, in Sanskrit literature, "tiger" is a term for a powerful and eminent man; if that is what is meant here, the term may stand for anger.

299: See note 293.

301: "Developing the mind" in terms of the 37 Wings to Awakening: the four frames of reference (ardent, mindful alertness to body, feelings, mind states, and mental qualities in and of themselves), the four right exertions (to abandon and avoid evil, unskillful mental qualities, and to foster and strengthen skillful mental qualities), the four bases of power (concentration based on desire, persistence, intentness, and discrimination), the five strengths and five faculties (conviction, persistence, mindfulness, concentration, and discernment), the seven factors for self-awakening (see note 89), and the noble eightfold path (see note 191). For a full treatment of this topic, see The Wings to Awakening (DhammaDana Publications, 1996).

303: DhpA: Wealth = both material wealth and the seven forms of noble wealth *(ariya-dhana)*: conviction, virtue, shame, compunction (at the thought of doing evil), erudition, generosity, discernment.

324: DhpA: Dhanapalaka was a noble elephant captured for the king of Kasi. Although given palatial quarters with the finest food, he showed no interest, but thought only of the sorrow his mother felt, alone in the elephant wood, separated from her son.

329-330: DhpA: The bull elephant named Matanga, reflecting on the inconveniences of living in a herd crowded with she-elephants and young elephants—he was pushed around as he went into the river, had to drink muddied water, had to eat leaves that others had already nibbled, etc.—decided that he would find more pleasure in living alone. His story parallels that of the elephant in AN 9:40 and elephant the Buddha met in the Parileyyaka Forest (Mv.X.4.6-7).

337: This verse provides a Buddhist twist to the typical benedictions found in works of kavya. Instead of expressing a wish that the listeners meet with wealth, fame, status, or other worldly forms of good fortune, it describes the highest good fortune, which can be accomplished only through one's own skillful kamma: the uprooting of craving and the resulting state of total freedom from the round of death and rebirth. A similar twist on the theme of good fortune is found in the *Mangala Sutta* (Khp 5, Sn 2:4), which teaches that the best protective charm is to develop skillful kamma, ultimately developing the mind to the point where it is untouched by the vagaries of the world.

339: 36 streams = three forms of desire for each of the internal and external sense spheres (see note 294)—3 x 2 x 6 = 36. According to one sub-commentary, the three forms of desire are desires focused on the past, present, and future. According to another, they are craving for sensuality, for becoming, and for non-becoming.

340: "Every which way": Reading *sabbadhi* with the Thai and Burmese editions. The creeper, according to DhpA, is craving, which sends thoughts out to wrap around its objects, while it itself stays rooted in the mind.

341: This verse contains an implied simile: the terms "loosened & oiled," here applied to joys, were commonly used to describe smooth bowel movements.

343: For the various meanings that *attano*—"for himself"—can have in this verse, see note 402.

346: "Elastic": The usual translation for *sithilam*—"slack"—does not fit in this verse, but all the Pali recensions are unanimous on this reading, so I have chosen a near synonym that does. The Patna Dhp renders this term as "subtle," whereas the Tibetan commentary to the Udanavarga explains the line as a whole as meaning "hard for the slack to untie." Both alternatives make sense, but may be attempts to "correct" a term that could well have originally meant "elastic," a meaning that got lost with the passage of time.

348: DhpA: In front = the aggregates of the past; behind = the aggregates of the future; in between = the aggregates of the present. See also note 385.

350: "A focus on the foul": A meditative exercise in focusing on the foul parts of the body so as to help undercut lust and attachment for the body. See note 7-8.

352: "Astute in expression, knowing the combination of sounds—which comes first & which after": Some arahants, in addition to their ability to overcome all of their defilements, are also endowed with four forms of acumen *(patisambhida)*, one of which is acumen with regard to expression *(nirutti-patisambhida)*, i.e., a total mastery of linguistic expression. This talent in particular must have been of interest to the anthologist(s) who put together the Dhp.

"Last-body": Because an arahant will not be reborn, this present body is his/her last.

353: According to MN 26 and Mv.I.6.7, one of the first people the Buddha met after his Awakening was an ascetic who commented on the clarity of his faculties and asked who his teacher was. This verse was part of the Buddha's response.

354: This verse contains several terms related to aesthetics. Both *dhamma* (justice) and *dana* (gift/generosity) are sub-types of the heroic *rasa,* or savor. (See the Introduction.) The third sub-type of the heroic—*yuddha* (warfare)—is suggested by the verb "conquer," which occurs four times in the Pali. *Rati* (delight/love) is the emotion *(bhava)* that corresponds to the sensitive rasa. In effect, the verse is saying that the highest forms of rasa and emotion are those related to Dhamma; the highest expression of the heroic Dhamma rasa is in the ending of craving.

360-361: See note 7-8.

363: "Counsel": In the context of Indian literary theory, this is the meaning of the word manta, which can also mean "chant." The literary context seems to be the proper one here.

368: "Stilling-of-fabrications ease": the true ease and freedom experienced when all five aggregates are stilled.

369: DhpA: The boat = one's own personhood *(atta-bhava,* the body-mind complex); the water that needs to be bailed out = wrong thoughts (imbued with passion, aversion, or delusion).

370: DhpA: Cut through five = the five lower fetters that tie the mind to the round of rebirth (self-identity views, uncertainty, grasping at habits & practices, sensual passion, irritation); let go of five = the five higher fetters (passion for form, passion for formless phenomena, conceit, restlessness, ignorance); develop five = the five faculties (conviction, persistence, mindfulness, concentration, discernment); five attachments = passion, aversion, delusion, conceit, views.

381: See note 368.

383: This verse, addressed to a member of the brahman caste, is one of the few in Dhp where the word brahman is used in its ordinary sense, as indicating caste membership, and not in its special Buddhist sense as indicating an arahant.

384: DhpA: two things = tranquility meditation and insight meditation.

385: DhpA: This verse refers to a person who has no sense of "I" or "mine," either for the senses ("not-beyond") or their objects ("beyond"). The passage may also refer to the sense of total limitlessness that makes the experience of Unbinding totally ineffable, as reflected in the following conversation (Sn 5:6):

Upasiva:

He who has reached the end:
Does he not exist,
or is he for eternity free from dis-ease?

Please, sage, declare this to me
as this phenomenon has been known by you.
The Buddha:

One who has reached the end has no criterion
by which anyone would say that—
it doesn't exist for him.
When all phenomena are done away with,
all means of speaking are done away with as well.

388: Stains = the impurities listed in note 236. On "consonance," see note 265.

389: The word "anger" here is added from DhpA, which interprets the "letting loose" as the act of retaliating with anger against one's assailant. Some translators read "brahman" as the subject not only of the second line, but also of the first: "A brahman should/would not strike a brahman." However, this reading is unlikely, for a brahman (in this context, an arahant) would not strike anyone at all. If a brahman retaliates with anger to being struck, that is a sign that he is not a true brahman: thus more shame on him for having assumed a status not truly his. On the topic of how to react to violent attack, see MN 21 and MN 145.

390: "What's endearing & not": In the phrase *manaso piyehi, piyehi* can be read straight as it is, as "endearing," or as an elided form of *apiyehi,* "not endearing." The former reading is more straightforward, but given the reference to "harmful-heartedness" in the next line, the latter reading serves to tie the stanza together. It is also consistent with the fact that DhpA takes this verse to be a continuation of 389. Given the way in which kavya cultivated a taste for ambiguities and multiple interpretations, both readings may have been intended.

392: "Brahman" here is used in its ordinary sense, as indicating caste membership, and not in its special Buddhist sense as indicating an arahant.

393: "He is a pure one": reading *so suci* with the Thai edition, a reading supported by the Chinese translation of the Dhp.

394: In India of the Buddha's day, matted hair, etc., were regarded as visible signs of spiritual status.

396: "*Bho*-sayer"—Brahmans addressed others as "*bho*" as a way of indicating their (the brahmans') superior caste. "If he has anything" (reading *sa ce* with the Burmese edition) = if he/she lays claim to anything as his/her own.

398: DhpA: strap = resentment; thong = craving; cord = 62 forms of wrong view (listed in the *Brahmajala Suttanta,* DN 1); bridle = obsessions (sensuality, becoming, anger, conceit, views, uncertainty, ignorance); bar = ignorance.

400: "With no overbearing pride": reading *anussadam* with the Thai and Burmese editions. "Last-body": see note 352.

402: *"For himself, on his own, his own* ending of stress": three different ways that the one word *attano* functions in this verse.

411: According to DhpA, "attachments/homes *(alaya)*" = cravings. "Knowing": the knowledge of full Awakening *(aññā)*.

"He has gained a footing": The image here derives from a standard analogy comparing the practice to the act of crossing a river. According to AN 7:15, the point where the meditator gains footing on the river bottom, but before getting up on the bank, corresponds to the third stage of awakening, the attainment of non-return. To reach the fourth stage, becoming an arahant, is to go beyond the river and stand on firm ground.

412: See note 39.

421: See note 348.

423: The forms of mastery listed in this verse correspond to the three knowledges that comprised the Buddha's Awakening: knowledge of previous lives, knowledge of how beings pass away and are reborn in the various levels of being, and knowledge of the ending of the effluents that maintain the process of birth.

Abbreviations

AN	Anguttara Nikaya
DN	Digha Nikaya
Dhp	Dhammapada/Dharmapada
DhpA	Dhammapada Commentary
Iti	Itivuttaka
Khp	Khuddakapatha
MN	Majjhima Nikaya
Mv	Mahavagga
PTS	Pali Text Society
SN	Samyutta Nikaya
Sn	Sutta Nipata